

*Bezpieczne  
wakacje!*



*Wakacje to dla młodzieży czas zabawy i nowych wrażeń.  
Korzystając z wakacyjnych przyjemności, nie zapominaj  
jednak o bezpieczeństwie własnym i bliskich.*

*Zwracaj uwagę na zagrożenia podczas wypoczynku, aby  
po powrocie do szkoły mieć tylko dobre wspomnienia.*

*Przyswój sobie kilka podstawowych zasad, które  
pozwolą Ci spędzić lato bezpiecznie oraz poradzić  
sobie w trakcie zaistnienia nieprzewidzianych sytuacji.*

*Jeśli stosujesz podobne reguły-to bardzo dobrze, zobacz  
jednak, czy nie można ich zmodyfikować.*

*Oto kilka rad ...*

**Pamiętaj, że żadna zasada nie daje 100% szans na uniknięcie zagrożeń, ale z pewnością zmniejsza i to znacznie, możliwość stania się ofiarą.**

Wyjeżdżając, zawsze pozostaw najbliższemu informację, gdzie i z kim będziesz spędzać czas.

Zostaw wszystkie możliwe numery telefonów-swoje i przyjaciół.

Umów się na określone hasło, które wypowiedziane przez Ciebie będzie oznaczało, że czujesz się zagrożony i potrzebujesz natychmiastowej pomocy.

To nie przesada - to podstawowe zasady bezpieczeństwa!



Nie afiszuj się zbyt wiele posiadaniem dóbr - nigdy nie wiesz, kto może Cię obserwować.

Podczas płacenia staraj się nie pokazywać zawartości portfela.

Dobrym wyjściem jest np. noszenie przy sobie drobnych sum.

Natomiast sposobem na natrętnych "wyłudzaczy" jest posiadanie w kieszeni drobnych "na odczepne".

Korzystaj z takiego rozwiązania, gdy sytuacja staje się napięta. Dobrze jest się wtedy oddalić obserwując, czy napastnik nie podąża za Tobą.





Przebywając na plaży, basenie czy w wakacyjnym tłumie, uważaj na swoją torbę, portfel, telefon.

Nie noś portfela i dokumentów razem i nigdy nie wkładaj ich do tylnej kieszeni.

Dokładnie zapinaj plecaki i torby. Torebkę trzymaj, obejmując ją całą od spodu, pamiętając przy tym, aby zawsze była zamknięta.

Wartościowe rzeczy noś tylko w zamykanych kieszeniach. Jeśli bawisz się na imprezie, nigdy nie pozostawiaj swoich rzeczy bez opieki - kradzieże torebek, portfeli, telefonów komórkowych zdarzają się w klubach niezwykle często.

Złodziej prowadzi wnikliwą obserwację wybierając swoje ofiary.

Zawsze i wszędzie pilnuj swoich napojów. Przypadki dosypywania i dolewania różnych specyfików są coraz większym problemem. Po takich substancjach tracisz samokontrolę a nazajutrz niczego nie pamiętasz.

Nigdy nie przyjmuj napojów od nieznanych lub mało znanych Ci osób.

Jeśli idziesz na parkiet, napoje zostaw pod opieką osoby zaufanej.

Nigdy nie wybieraj się na dyskotekę sam - zawsze w gronie znajomych.

Nie wychodź z dyskoteki samotnie - staraj się wracać do miejsca zamieszkania w towarzystwie przyjaciół.





**Wakacje to okres wzmożonej  
działalności dealerów narkotykowych.**

**Pamiętaj, że mitem jest, iż "dopalacze"  
pomagają w dobrej zabawie.**

**Naucz się być asertywnym!**

**Naucz się odmawiać.**

Podróżując pociągiem zawsze zajmuj miejsca z dala od podejrzanych osób i - jeśli to możliwe - blisko konduktora, bądź służby ochrony kolei.

Nie siadaj samotnie w przedziałach i trzymaj się blisko ludzi. Często to wystarczy, aby odstraszyć potencjalnego napastnika.

Staraj się nie podróżować nocą.

Pamiętaj - napastnik lub złodziej zawsze korzysta z okazji.

Nigdy też nie podróżuj autostopem sam - zawsze w gronie przyjaciół.

Nie wsiadaj do auta jeżeli kierowca od razu nie wzbudzi Twojego zaufania lub będziesz mieć jakiegokolwiek wątpliwości.

Wracając z imprezy nocą nigdy nie korzystaj z ofert podwiezienia przez obcych.





Kiedy ktoś Cię zaczepia, nie wdawaj się w rozmowy - czasami lepiej udać, że się nie słyszy i iść dalej.

Kiedy zaczepki się nasilą, odpowiadaj pewnie, krótko, bez wdawania się w dyskusję.


Nie obrażaj napastnika.

Kiedy ktoś Cię celowo potrąci, nie odwracaj się i idź dalej.

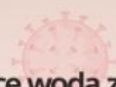
Można również przeprosić-dla własnego dobra.

- Kąpcie się tylko w miejscach dozwolonych!
- Nie skaczcie do wody!
- Nie przebywajcie zbyt długo w bardzo zimnej wodzie.
- Na słońcu, koniecznie nasmarujcie się olejkiem do opalania z odpowiednim filtrem. Im wyższy faktor, tym skuteczniej będzie ochraniał Was przed szkodliwym promieniowaniem słonecznym.
- Pamiętajcie o tym, że biała flaga pozwala na kąpiel, czerwona ostrzega przed niebezpieczeństwem, a czarna zabrania wchodzenia do wody.






1 Myj często ręce wodą z mydłem przez 30 sekund.



2 Myj ręce przed każdym posiłkiem i po wyjściu z toalety.



3 Podczas kaszlu i kichania zakryj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką. Jak najszybciej wyrzuć chusteczkę do kosza i umyj ręce.



4 Unikaj dotykania oczu, nosa i ust. Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem.



*A to  
jest teraz  
najważniejsze!*



*Do*

*zobaczenia*

*we wrześniu!*

## **Źródła zdjęć do slajdów**

slajd 1 - <https://pl.pinterest.com/pin/321444492132949931/>

slajd 3 - <https://www.smsapi.pl/blog/aktualnosci/emotikony-sms/>

slajd 4 - <https://archiwum.allegro.pl/oferta/zegar-emotikon-emotka-twarz-oczy-dolary-fhh681-e7-i6802508609.html>

slajd 5 - [https://pl.freepik.com/premium-zdjecie/otwarty-czarny-portfel-z-pieniedzmi-dolarami-i-bitcoinami-na-bialym\\_8216835.htm#page=1&query=portfel%20z%20pieniedzmi&position=7#&position=7](https://pl.freepik.com/premium-zdjecie/otwarty-czarny-portfel-z-pieniedzmi-dolarami-i-bitcoinami-na-bialym_8216835.htm#page=1&query=portfel%20z%20pieniedzmi&position=7#&position=7)

slajd 6 - <https://www.istockphoto.com/pl/wektor/pi%C4%87-nap%C3%B3j-gazowany-emotikon-gm531334261-55155560>

slajd 7 - <https://www.istockphoto.com/pl/wektor/odm%C3%B3w-emotikon-gm512050394-86962753>

slajd 9 - <https://pixabay.com/pl/illustrations/emotikon-bu%C5%BAka-%C5%BC%C3%B3%C5%82ty-pi%C5%82ka-4824362/>

slajd 10 - <https://pl.depositphotos.com/vector-images/hobby-grafika.html?qview=56080009>

slajd 11 - <https://www.gov.pl/web/edukacja/materialy-informacyjne-dla-szkol-przedszkoli-i-placowek-oswiatowych-dotyczace-profilaktyki-zdrowotnej>

**Data dostępu do wszystkich źródeł: 23 czerwca 2020r.**