



BEZPIECZNE FERIE NA TERENIE POWIATU OPOLSKIEGO

Ferie zimowe to wspaniały czas dla relaksu, odpoczynku od obowiązków szkolnych i nauki. Aby czas zimowego odpoczynku dostarczał nam radosnych i niezapomnianych wrażeń, pamiętajmy o podstawowych zasadach bezpieczeństwa.

- ✓ Nie zjeżdżajmy na sankach w pobliżu dróg oraz zbiorników wodnych
- ✓ W czasie zjeżdżania zachowajmy bezpieczną odległość między sankami
- ✓ Nie doczepiajmy sanek do samochodu



- ✓ Rzucając się śnieżkami nie łączymy miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamieni oraz nie celujemy w twarz drugiej osoby
- ✓ Nie rzucajmy śnieżkami w nadjeżdżające samochody

- ✓ Na łyżwach jeźdzmy tylko w wyznaczonych miejscach, nie ślizgajmy się po lodzie na rzece lub stawie.



- ✓ Nie przebiegajmy przez ulicę, nie chodźmy w miejscach niedozwolonych
- ✓ Bądźmy widoczni na drodze.
- ✓ Nie strącajmy zwisających z dachów sopli

- ✓ Pamiętajmy o zdrowym odżywianiu



- ✓ Ubierajmy się odpowiednio do temperatury panującej na dworze
- ✓ W wolnym czasie przebywajmy na świeżym powietrzu, dbajmy o aktywność fizyczną

- ✓ Nie zapominajmy o podstawowych zasadach higieny



- ✓ Unikaj kontaktu z osobami chorymi
- ✓ W przypadku wystąpienia objawów choroby zgłośmy się do lekarza.

