

Bezpieczne ferie - rady dla dzieci i rodziców



Ferie to okres kiedy młodzież w wolnym od szkoły czasie nie zawsze pamięta o bezpiecznym zachowaniu dlatego Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Bydgoszczy zamieszcza zbiór rad, które mogą pomóc rodzicom i dzieciom spędzić bezpiecznie ferie.

Oto kilka z nich:

- Nie zjeżdżajmy na sankach w pobliżu drogi oraz zbiorników wodnych;
- W czasie zjeżdżania zachowujemy bezpieczną odległość między sankami;
- **Nie doczepiamy sanek do samochodu;**
- Rzucając się śniegiem nie łączmy miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamieni oraz nie celujemy w twarz drugiej osoby;
- Na łyżwach jeździmy tylko w wyznaczonych miejscach, nie ślizgajmy się po lodzie na rzece lub stawie.
- Nie przebiegajmy przez ulicę, nie przechodźmy 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.
- Unikajmy kontaktu z osobami chorymi.
- W przypadku wystąpienia objawów choroby zgłośmy się do lekarza.

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Bydgoszczy radzi również, by rodzice zwrócili uwagę na możliwość eksperymentowania z wszelkimi używkami w tym z dopalaczami, zagrażającymi zdrowiu i życiu. Zachęca, aby wnikliwie zapoznali się z ofertą organizatora zimowego wypoczynku - rejestracja w kuratorium, wyżywienie, kwalifikacje kadry, zabezpieczenie opieki medycznej. Ponadto nie można zapomnieć o przekazaniu organizatorowi ważnych informacji dotyczących dziecka tj. przyjmowane leki, alergie itp. Ważne jest również by rodzic dokładnie wypełnił kartę kwalifikacyjną uczestnika wypoczynku - dokładne dane adresowe, telefony kontaktowe. Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Bydgoszczy przypomina, iż problemy związane z sytuacjami zagrażającymi bezpieczeństwu i zdrowiu dzieci i młodzieży w miejscu wypoczynku należy zgłaszać do właściwych terenowo stacji sanitarno-epidemiologicznych.