

T: Bezpieczeństwo , świadomość i rozważa w okresie wakacji.

Wakacje to czas, kiedy macie dużo wolnego czasu. Poświęćcie go na zabawy, gry i wszelkie wyprawy. Często czyha wtedy wiele zagrożeń .

1. Zapoznaj się z podstawowymi zasadami bezpieczeństwa:

- wybieraj do zabaw bezpieczne miejsca
- udając się nad wodę , do lasu, na rower poinformuj o tym dorosłych
- nie graj w piłkę w pobliżu jezdni , biegnąc po piłkę uważaj na samochody
- nie wchodź do niestrzeżonych akwenów wodnych,
- nie wybieraj się do lasu sam, uważaj na dziką zwierzynę
- nie pal ognisk samodzielnie , w niewłaściwych miejscach
- przestrzegaj przepisów drogowych korzystając z jezdni
- nie lekceważ zaczepek przez obcych, - nie korzystaj z telefonu idąc drogą
- dostosuj ubiór do pogody, - w upalne dni pij dużo wody
- nie korzystaj z namowy i nie stosuj dopalaczy, narkotyków, energetyków i innych środków dopingujących.
-przemyśl i dodaj resztę sam

2. Podejmij się wykonania Quizów i obejrzyj filmy instruktażowe.



<https://samequizy.pl/czy-umiesz-udzielic-pierwszej-pomocy-cz-1/>

QUIZY - sprawdź się czy umiesz pomóc podczas różnych wypadków

<https://samequizy.pl/kurs-pierwszej-pomocy-czy-zdasz/>

<https://samequizy.pl/czy-to-powinno-znajdowac-sie-w-apteczce-samochodowej/> apteczka

<https://samequizy.pl/co-wiesz-o-zasadach-pierwszej-pomocy/>

https://www.youtube.com/watch?v=Hm6Sp89kM_g uratuj życie film interaktywny

<https://www.youtube.com/watch?v=akctkFs-Ewg> RKO

<https://www.youtube.com/watch?v=eqiRyYyBziA> udar mózgu

<https://www.youtube.com/watch?v=ciHPbH1QSR0> omdlenie

<https://www.youtube.com/watch?v=c4EG8UCrNaY> zadławienie małego dziecka

<https://www.youtube.com/watch?v=f0-wv5WWg4Y> atak padaczki

<https://www.youtube.com/watch?v=d82lGNwEsD8> pomoc przy wypadkach z dziećmi

Bądź bezpieczny, pomocny i rozważny.

Przyjemnych i bezpiecznych wakacji!