

BEZPIECZNIE NIE TYLKO W WAKACJE

O bezpieczeństwie trzeba pamiętać nie tylko w wakacje. Powrót do szkoły sprzyja dużej liczbie wypadków - rozluźnieni letnią atmosferą bez troski zapominamy o zasadach prawidłowego poruszania się po drogach, czy bezpiecznego surfowania w Internecie.

Alkohol i papierosy nie są dla młodzieży - dorośli znów prawią kazania, prawda? Uwierz - używki naprawdę nie są dla ciebie, no chyba, że chcesz się zatruć. Nawet dorośli powinni ich unikać. Gdy ktoś cię częstuje, zawsze możesz powiedzieć "nie". **W odmowie nie ma niczego wstydliviego - w ten sposób dbasz o swoje bezpieczeństwo.** Słowa "nie, dziękuję" przydadzą ci się również, gdy ktoś nieznajomy oferuje słodycze lub zaprasza w nieznane miejsca. **Skoro kogoś nie znasz, nie możesz mu przecież zaufać** - skąd wiesz, że słodycze to nie narkotyki, albo nowo poznana osoba nie chce zrobić ci krzywdy?

Rok szkolny zazwyczaj oznacza pośpiech. Szybko wracamy do domu, szybko idziemy do szkoły, by się nie spóźnić, a po drodze trzeba jeszcze wstąpić do kolegi po zeszyty. Mimo natłoku zajęć i obowiązków staraj się nie zapominać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa w ruchu drogowym. **W mieście należy chodzić wyłącznie po chodniku, a poza miastem poboczem z lewej strony drogi.** Przez jezdnię przechodzimy wyłącznie w miejscach do tego przeznaczonych. Przechodzimy, a nie przebiegamy! - nawet na przejściu dla pieszych. Biegnać łatwo się potknąć i przewrócić. **Przed wejściem na jezdnię, zawsze uważnie rozglądamy się w obie strony i sprawdzamy, czy nie nadjeżdża samochód.**



Do tornistra i na ubranie przyczepiamy elementy odblaskowe - trzeba o nie poprosić rodziców lub opiekunów. To bardzo ważne nie tylko dlatego, że **prawo nakazuje noszenie elementów odblaskowych wszystkim dzieciom do lat 15**, a dlatego, iż kierowca widzi odblaski już z odległości 150 metrów. Dzięki nim, nawet, gdy jedzie bardzo szybko, zdąży nas ominąć lub zahamować.

Jadąc samochodem z rodzicami **pamiętamy o zapinaniu pasów bezpieczeństwa**, które mogą uratować życie w razie wypadku. Przypomnienie dla opiekunów - **pasażerowie do 12 roku życia muszą być przewożeni w foteliku ochronnym** i nie ma od tej reguły odstępstw.

Zapewne znasz podstawowe numery alarmowe i masz je zapisane w swoim telefonie komórkowym. Jeśli nie, nie zapomnij ich dodać: **centrum powiadamiania ratunkowego - 112, policja - 997, straż pożarna - 998, pogotowie ratunkowe - 999.**

Dobrym pomysłem jest również stworzenie w telefonie kontaktu ICE. Skrót ICE to ogólnosiwiatowy symbol ratujący życie. Powinieneś pod nim zapisać numer telefonu osoby, którą należy powiadomić w razie wypadku. Tak zapisany kontakt pozwala ratownikom na zadzwonienie pod wskazany numer i uzyskanie ważnych informacji o poszkodowanej osobie, takich jak grupa krwi, przyjmowane leki itp. Jeśli masz kilka osób, które mogą udzielić informacji na twój temat, ich numery zapisz jako nazwy kontaktów ICE1, ICE2 itd. Więcej na temat ICE możesz przeczytać na stronie internetowej www.icefon.eu

Surfowanie w Internecie to wspaniała zabawa i znakomita pomoc w nauce. Rozmowy na GG, czatach i internetowych forach dostarczają wrażeń oraz pomagają nawiązywać znajomości. Pamiętaj jednak, że, podobnie jak na ulicy, tak **w Internecie nie wolno ufać nieznajomym. Nigdy nie umawiaj się przez Internet na spotkania, nie podawaj swojego adresu i numeru telefonu** - nie widzisz przecież swojego rozmówcy, więc skąd wiesz czy jest tym, za kogo się podaje? Jeśli chcesz skorzystać ze strony WWW np. z opracowaniami lektur, na której trzeba podać swoje dane do rejestracji, najpierw **zapytaj o zgodę rodziców, albo opiekunów.** Ufasz im przecież i wiesz, że nie pozwolą ci skrzywdzić. Jeśli koniecznie musisz spotkać się ze znajomym z Internetu, powiedz o tym rodzicom i poproś, żeby towarzyszył ci ktoś dorosły. Mama i tata będą ci wdzięczni za okazane zaufanie.

Słowo do mamy i taty - **podczas opieki nad młodym internautą, kluczowe znaczenie ma zaufanie** pociechy do opiekuna. Odkrywaj Internet razem z dzieckiem. Bywa, że młody człowiek sprawniej porusza się w sieci od ciebie. Może warto wówczas poprosić go, by stał się przewodnikiem w wirtualnym świecie?

Ucz dziecko krytycznego podejścia do informacji przeczytanych w sieci. Mali internauci powinni być świadomi, że nie wszystkie wiadomości są wiarygodne. Ucz dziecko korzystać z encyklopedii, słowników, książek i innych źródeł wiedzy, w których będzie mogło zweryfikować dane. Ważne, by młody internauta miał do ciebie zaufanie i nie bał się powiedzieć, że przypadkowo trafił na niedozwoloną dla niego stronę. **Dziecko nie może ukrywać przed opiekunami sytuacji, w których poczuło się niezręcznie, coś je zawstydzilo lub przestraszyło.** Musi wiedzieć, iż może się wówczas do ciebie zwrócić, a ty nie skrzyczysz, nie wyśmiejesz i nie zakazesz, a spokojnie rozwiążesz problem oraz wytłumaczysz przyczynę niezręcznej sytuacji.

Nic nie zwalnia rodziców z obowiązku uczulenia dziecka na niebezpieczeństwa związane z nawiązywaniem znajomości w sieci i ostrzeganiem przed ludźmi, którzy mogą chcieć zrobić mu krzywdę. Choć te rozmowy bywają niełatwe, dyskutuj z dzieckiem o zagrożeniach i sposobach ich unikania. Okazuj mu zaufanie i nie zabraniaj nawiązywać przyjaźni w sieci, jednak wytłumacz, że nie wolno nikomu podawać swoich danych osobowych, ani numeru telefonu, a spotkanie ze znajomymi z wirtualnego świata może być niebezpieczne, więc zanim do niego dojdzie powinno zapytać cię o zgodę. **Poproś po prostu dziecko o okazanie sobie zaufania.** Jeśli tylko masz z nim dobry kontakt, zrobi to.