



**BEZPIECZNE**

**FERIE**

**ZIMOWE**

**WYPOCZYWAJ  
ZDROWO I BEZPIECZNIE**

**W WOJ. ŚLĄSKIM**



# **FERIE ZIMOWE TO DLA DZIECI I MŁODZIEŻY WYMARZONY CZAS NA WYPOCZYNEK**

**Aby jednak przebiegał on szczęśliwie i wszyscy zdrowi i wypoczęci wrócili do swych domów, należy pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa, obowiązujących podczas zorganizowanych wyjazdów zimowych, jak i spędzania tego czasu w miejscu zamieszkania. Przypomnijmy sobie zasady, które pomogą zapobiec niebezpieczeństwu podczas wypoczynku...**



## GDY WYCHODZISZ Z DOMU **UBIERZ SIĘ** **ODPOWIEDNIO** DO POGODY

- WYBIERAJ UBRANIA CIEPŁE I ODDYCHAJĄCE ORAZ NIEPRZEMAKALNE ZIMOWE OBUWIE
- UBIERAJ SIĘ WARSTWOWO, POZWOLI TO NA DOSTOSOWANIE UBIORU DO AKTYWNOŚCI I ZMIAN POGODOWYCH



**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



## **PODCZAS ZABAWY NA ŚNIEGU ZACHOWAJ ROZSĄDEK**

- **NIE RZUCAJ W KOLEGÓW ŚNIEŻKAMI Z UBITEGO ŚNIEGU, MOŻE TO DOPROWADZIĆ DO OBRAŻEŃ CIAŁA**
- **PAMIĘTAJ, ŻE NISKA TEMPERATURA, MOŻE PROWADZIĆ DO SZYBKIEGO WYCHŁODZENIA ORGANIZMU, A NAWET ODMROŻEŃ, KTÓRE SĄ ZAGROŻENIEM DLA ZDROWIA I ŻYCIA**

**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



# **ZACHOWAJ OSTROŻNOŚĆ ZJEŹDŹAJĄC NA SANKACH**

- **ZAWSZE WYBIERAJ BEZPIECZNE MIEJSCE DO ZABAWY  
Z DAŁA OD RUCHLIWYCH ULIC**
- **ZACHOWAJ BEZPIECZNĄ ODLEGŁOŚĆ MIĘDZY  
ZJEŹDŹAJĄCYMI**
- **ZJEŹDŹAJ NA SANKACH TWARZĄ DO KIERUNKU JAZDY**



**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



## UPRAWIAJĄC **SPORTY ZIMOWE**

- DBAJ O BEZPIECZEŃSTWO SWOJE I INNYCH
- DOSTOSUJ SZYBKOŚĆ ZJAZDU DO WŁASNYCH UMIEJĘTNOŚCI
- ZACHOWAJ SZCZEGÓLNA OSTROŻNOŚĆ NA ZATŁOCZONYCH TRASACH





## **BEZPIECZEŃSTWO NA STOKU**

- UNIKAJ BRAWURY
- DOSTOSUJ SZYBKOŚĆ ZJAZDU DO RODZAJU I STANU TRASY
- NA STOKU WYBIERAJ TRASĘ POD KĄTEM SWOICH UMIEJĘTNOŚCI
- OSTROŻNIE KORZYSTAJ Z WYCIĄGÓW KRZESEŁKOWYCH - NIE HUŚTAJ SIĘ NA BOKI ORAZ SIEDŹ GŁĘBOKO I NIE WYCHYLAJ SIĘ



**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



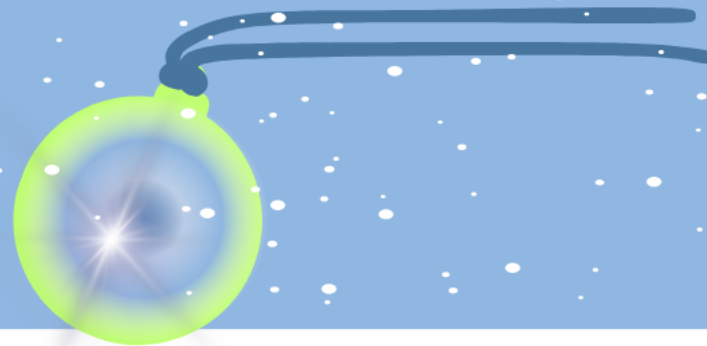
**KORZYSTAJ WYŁĄCZNIE ZE SPECJALNIE  
PRZYGOTOWANYCH BEZPIECZNYCH LODOWISK**

- **NIE WCHODŹ NA LÓD** ZAMARZNIĘTYCH ZBIORNIKÓW WODNYCH
- WCHODZĄC NA LODOWISKO ZAŁÓŻ KASK, OCHRANIACZE I RĘKAWICZKI



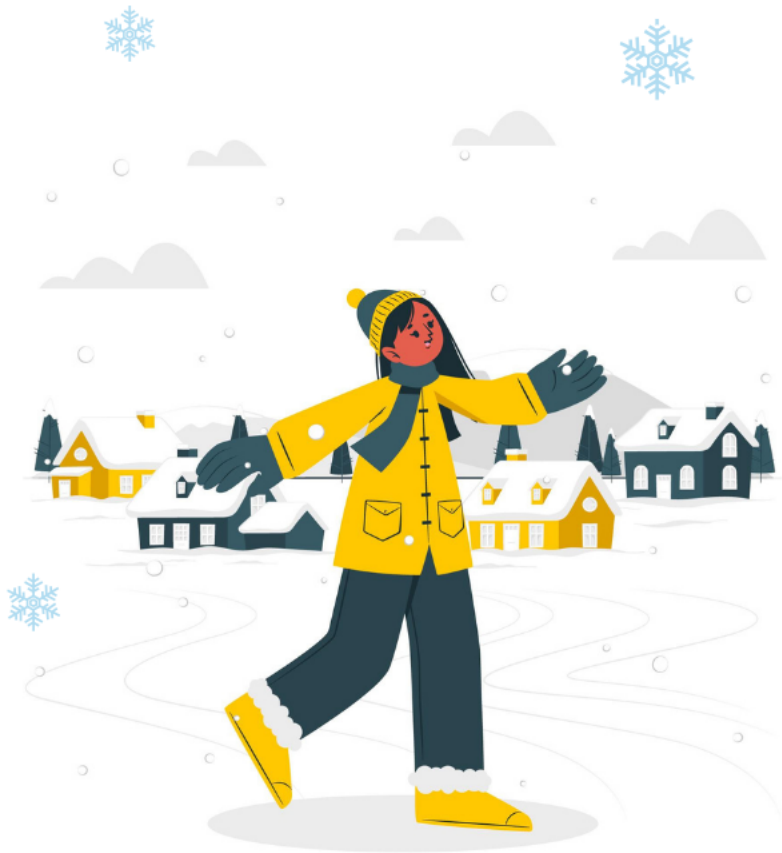


**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



## **BĄDŹ WIDOCZNY NA JEZDNI**

- PAMIĘTAJ O ODBLASKACH
- PRZEZ JEZDNIĘ PRZECHODŹ JEDYNIEM W WYZNACZONYM MIEJSCU
- WIDOCZNOŚĆ NA DRODZE MA ISTOTNE ZNACZENIE DLA BEZPIECZEŃSTWA WSZYSTKICH UCZESTNIKÓW RUCHU DROGOWEGO





## ZACHOWAJ OSTROŻNOŚĆ

- NIE OTWIERAJ DRZWI OSOBOM OBCYM, KIEDY JESTEŚ SAM W DOMU
- NIGDY NIE WSIADAJ DO SAMOCHODU OBCEJ OSOBY
- NIE ROZMAWIAJ Z OSOBAMI OBCYMI - NIE OPOWIADAJ O SOBIE
- BĄDŹ BEZPIECZNY W SIECI

NIE UFAJ  
OBCYM

UNIKAJ  
ZAGROŻEŃ

BĄDŹ  
OSTROŻNY  
W SIECI



**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



## **UNIKAJ UŻYWEK**

- **ALKOHOL I NARKOTYKI TO TYLKO ZŁUDZENIE DOBREJ ZABAWY**
- **STOSOWANIE UŻYWEK MOŻE PROWADZIĆ DO UZALEŻNIENIA**

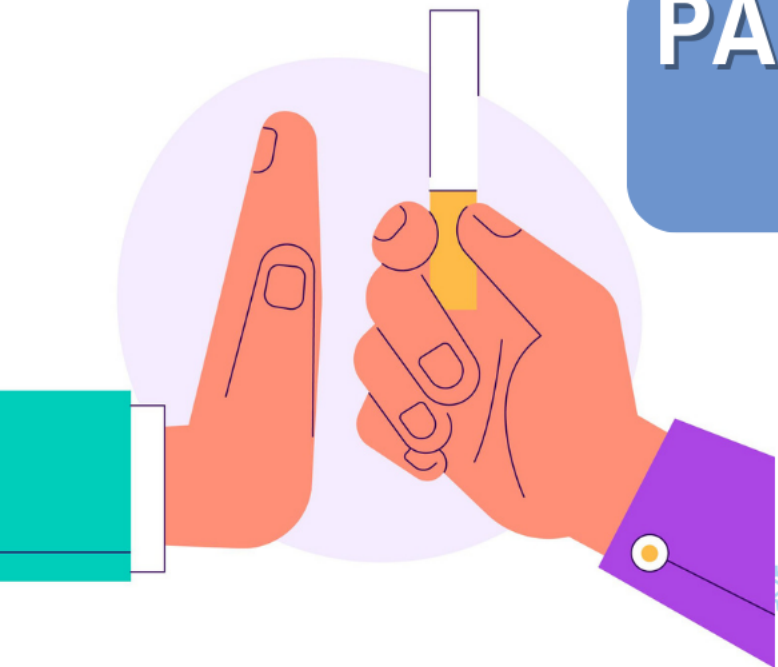


**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



**PALENIE PAPIEROSÓW NIESIE ZA SOBĄ  
POWAŻNE SKUTKI ZDROWOTNE**

- **BĄDŹ ASERTYWNY, POWIEDZ „NIE” GDY KTOŚ NAMAWIA CIĘ DO PALENIA!**



**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



**PAMIĘTAJ  
O NUMERACH ALARMOWYCH**



**112** NUMER ALARMOWY

**997** POLICJA

**998** STRAŻ POŻARNA

**999** POGOTOWIE RATUNKOWE

**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



**PAMIĘTAJ!**

**ZACHOWAJ ZDROWY ROZSADEK  
ABY SPĘDZIĆ**

**BEZPIECZNIE FERIE ZIMOWE**



**BEZPIECZNE  
FERIE 2024  
W WOJ. ŚLĄSKIM**



**WYPOCZYWAJ  
ZDROWO I BEZPIECZNIE**



[wse.gov.pl/wsse-katowice](https://wse.gov.pl/wsse-katowice)



[/WSSEKatowice/](https://www.facebook.com/WSSEKatowice/)



[/WSSEKatowice/](https://www.x.com/WSSEKatowice/)



[/wsse\\_katowice](https://www.instagram.com/wsse_katowice/)