

Bezpieczeństwo dzieci na wakacjach

Lato to czas radości, zabawy i wspólnych przygód – ale również moment, kiedy szczególnie warto zadbać o bezpieczeństwo naszych najmłodszych. Wakacyjne dni sprzyjają wyjazdom, kąpielom, spacerom i poznawaniu świata – zadbajmy, aby każda przygoda była bezpieczna i radosna!

1. Słońce – przyjaciel, ale z umiarem

Pamiętajmy o nakryciach głowy, kremach z filtrem UV i odpowiednim nawodnieniu. Małe dzieci są szczególnie wrażliwe na słońce, dlatego najlepiej unikać spacerów w godzinach największego nasłonecznienia (11:00–15:00).

2. Woda – dużo frajdy, ale tylko pod opieką

Czy to nad morzem, jeziorem, czy w ogrodowym basenie – dzieci zawsze powinny bawić się w wodzie pod czujnym okiem dorosłych. Nawet płytka woda może być niebezpieczna bez odpowiedniego nadzoru.

3. Bezpieczne spacery i wycieczki

Podczas rodzinnych wycieczek warto ubierać dziecko w jaskrawe kolory, które ułatwią jego dostrzeżenie w tłumie. Dobrym pomysłem jest też opaska z numerem telefonu rodzica lub specjalna bransoletka bezpieczeństwa.

4. Kontakt z naturą – z ostrożnością

Lato to czas kontaktu z przyrodą, ale pamiętajmy o zabezpieczeniu dzieci przed kleszczami i komarami – stosujemy odpowiednie środki i sprawdzamy ciało po powrocie z lasu czy łąki.

5. Rozmowy o zasadach

Nawet najmłodsze dzieci warto uczyć podstawowych zasad bezpieczeństwa – np. żeby nie oddalały się od opiekuna, nie rozmawiały z nieznajomymi i zawsze mówiły, dokąd idą.

Wakacje to wyjątkowy czas – sprawmy, by był pełen niezapomnianych chwil, a przy tym spokojny i bezpieczny!

Pamiętajmy – kilka ważnych zasad na wakacje:

- **Zawsze uważaj na swoje dziecko** – nawet na znajomym podwórku lub plaży.
- **Zabieraj apteczkę** – plastry, środek na ukąszenia, termometr – wakacyjny niezbędnik każdego rodzica.
- **Zapisz kontakt do siebie** – np. na opasce, karteczce w kieszeni lub specjalnej zawieszce na szyję.
- **Ubieraj dziecko odpowiednio do pogody** – przewiewnie, wygodnie, ale też chroniąc przed słońcem i owadami.
- **Nie zostawiaj dziecka w aucie** – nawet na chwilę i nawet z uchylonym oknem.

- **Zachowaj ostrożność przy grillowaniu i ogniskach** – dzieci są ciekawe, ale ogień wymaga szczególnej uwagi.
- **Ucz dziecko mówić „nie”** – w prostych słowach warto przypominać, że ma prawo odmówić, jeśli coś je niepokoi.

Dbając o bezpieczeństwo, dajemy dzieciom przestrzeń do radosnej zabawy i odkrywania świata. Życzymy wszystkim maluchom i ich rodzinom pięknych, spokojnych i bezpiecznych wakacji!

Opracowała: Ewa Nasiadka

Źródła:

Ministerstwo Edukacji Narodowej – Poradnik bezpiecznego wypoczynku
<https://www.gov.pl/web/edukacja/bezpieczny-wypoczynek-poradnik-men-dla-rodzicow-i-opiekunow>

PoradnikZdrowie.pl – Bezpieczeństwo dziecka na wakacjach
<https://www.poradnikzdrowie.pl/ciaza-i-dziecko/zdrowie-dziecka/bezpieczenstwo-dziecka-na-wakacjach-aa-DH97-7EUK-UQ1e.html>

Fundacja Przyszłość dla Dzieci – Bezpieczne wakacje: porady
<https://przyszloscdladzieci.org/bezpieczne-wakacje-porady/>