

# KPP SIEMIATYCZE

<https://siemiatycze.policja.gov.pl/p12/policja-radzi/bezpieczny-wypoczynek/8173,Wypoczynek.html>  
2023-02-08, 18:05

## WYPOCZYNEK

Data publikacji 26.10.2010

Wiele osób w okresie ferii zimowych i wakacji wybierze aktywny wypoczynek, spędzając wolny czas podróżując. Część dzieci i młodzieży wyjedzie poza miasto na obozy, kolonie. W trosce, aby czas ten spędzony był w bezpieczny sposób chcemy Państwu przekazać kilka rad, które mogą uchronić Was i Waszych najbliższych przed niebezpieczeństwem.

Podróżując pociągiem - pamiętaj:

- unikaj pustych przedziałów lub tych gdzie są osoby nietrzeźwe,
- nigdy nie zostawiaj bagażu bez nadzoru,
- w trakcie wsiadania i wysiadania z pociągu zwróć szczególną uwagę na otaczające Cię osoby - najczęściej w takich sytuacjach dochodzi do kradzieży kieszonkowych,
- jeżeli Twoje dziecko musi samotnie podróżować bezwzględnie pozostaw go pod opieką konduktora (poproś konduktora o jego nr tel. komórkowego),
- unikaj przyjmowania od nieznajomych jakichkolwiek poczęstunków (napoje, alkohol).

Pozostawiając dziecko w domu pamiętaj:

- zapewnij dziecku bezpieczną zabawę,
- przeprowadź rozmowę ze swoim dzieckiem na temat, aby podczas twojej nieobecności nie otwierało nikomu drzwi,
- obok telefonu w domu koniecznie zostaw numery telefonu do pracy, zaufanych znajomych, policji, pogotowia ratunkowego i straży pożarnej.

Bezpieczny wypoczynek nad wodą:

- korzystaj tylko z kąpielisk strzeżonych,
- nigdy nie wchodź do wody po alkoholu,
- nigdy nie skacz do płytkiej wody o nieznanym dnie - taki skok może zakończyć się nieodwracalnym kalectwem,
- po długim leżeniu na słońcu nie zanurzaj się gwałtownie w wodzie - stopniowe schładzanie organizmu pozwoli Ci uniknąć szoku termicznego,
- zwracaj szczególną uwagę na osoby będące pod Twoją opieką.

Dziecko na kolonii, obozie:

- sprawdzaj, kto organizuje pobyt Twojego dziecka i czy ma ku temu odpowiednie kwalifikacje;
- uczulaj i ostrzegaj dziecko na kontakty z osobami z nowopoznanymi, które mogą go skrzywdzić (np. pedofil);
- uświadamiaj i ostrzegaj swoje dziecko o niebezpieczeństwie jakie niosą za sobą skutki używania narkotyków, pamiętając że wakacje sprzyjają pierwszym kontaktom z nimi;
- przestrzegaj dziecko przez zwierzętami, które mogą być nosicielami wścieklizny.

Zagrożenia wynikające z propozycji używania środków odurzających lub narkotyków:

- nie przyjmuj poczęstunków od nieznajomych, zwłaszcza w środkach komunikacji;
- pamiętaj, że posiadanie nawet najmniejszej ilości narkotyku jest prawnie zakazane;
- o pojawieniu się narkotyków powiadamiaj opiekuna lub osobę dorosłą, w razie potrzeby Policję.

Zagrożenia wynikające ze spożywania alkoholu:

- zdecydowanie odmawiaj każdorazowej propozycji spożycia napoju alkoholowego;
- miej świadomość, że każdy rodzaj alkoholu działa na organizm tak samo, opóźnia reakcję;
- będąc pod wpływem alkoholu narażasz się na ryzyko stania się ofiarą przestępstwa lub jego sprawcą.

Ryzyko zagrożeń przypadkowymi kontaktami seksualnymi:

- unikaj miejsc ustronnych, nieoświetlonych i odludnych;
- zapewnij sobie towarzystwo osób znanych i życzliwych;
- nie obdarzaj zaufaniem nieznajomych;
- jeżeli napad stanie się faktem, głośno krzycz np. „pali się”, „pożar”.

Inne niebezpieczne zachowania:

- nie wpuszczaj do domu nieznanych, obcych osób;
- nie obdarzaj zaufaniem nowopoznanych osób, które mogą wykorzystać łatwowierność grupy psychomanipulacyjnej;
- w rozmowach telefonicznych i osobistych kontaktach z nieznajomymi nie podawaj majątku i nieobecności dorosłych w domu;
- nie korzystaj z windy, gdy pasażerem jest osoba nieznana;
- zachowaj ostrożność w kontaktach z wolno biegającymi psami;
- będąc na dyskotekce nigdy nie przyjmuj poczęstunku od nieznajomych — do podane dosypane substancje psychoaktywne, w różnym stopniu ograniczające świadomość;
- własny napój miej stale w zasięgu wzroku, aby uniknąć przykrej niespodzianki.

Każdego roku w czasie ferii zimowych i wypoczynku letniego dochodzi do dużej ilości zdarzeń i wypadków z udziałem nieletnich. Przyczyną jest nie tylko brak zagospodarowania wolnego czasu dzieci i młodzieży, ale często również niewłaściwa opieka nad nimi ze strony rodziców czy prawnych opiekunów. Dochodzi do utonięć, spożywania alkoholu i narkotyków, uszkodzeń ciała podczas prac polowych, wypadków komunikacyjnych. Mając na uwadze bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w tym okresie podejmujemy różnego rodzaju działania:

- dokonujemy rozpoznania liczby i form wypoczynku kontrolując je pod względem bezpieczeństwa przebywających tam osób,
- zwracamy uwagę na zapewnienie przez organizatorów wypoczynku prawidłowego zabezpieczenia bezpieczeństwa oraz mienia dzieci i młodzieży,
- zwracamy uwagę na niebezpieczeństwa wynikające z zagrożeń związanych z brakiem nadzoru, dokonujemy kontroli autokarów przewożących dzieci i młodzież,
- kontrolujemy punkty sprzedaży alkoholu pod kątem dostępności do nich osób poniżej 18 roku życia oraz reagujemy na wszelkie przypadki sprzedaży nieletnim alkoholu i tytoniu oraz używania przez nich środków odurzających,
- kontrolujemy miejsca, w których może dochodzić do dystrybucji substancji psychotropowych i narkotyków,
- uczestniczymy w spotkaniach i pogadankach oraz podejmujemy szeroko rozumiane działania z zakresu prewencji kryminalnej,
- podejmujemy interwencje wobec uciekinierów z domów rodzinnych oraz ośrodków wychowawczych i poprawczych,

- rozpoznajemy i analizujemy przypadki żebractwa dzieci i młodzieży,
- rozpoznajemy i kontrolujemy miejsca, w których może dochodzić do prostytucji dzieci i młodzieży,
- monitorujemy tereny kąpielisk zarówno strzeżonych, jak i „dzikich”,
- angażujemy się w różne inicjatywy mające na celu zapewnienie bezpiecznego spędzania czasu wolnego przez młodzież pozostającą w mieście.

Przy opracowaniu wykorzystano materiały [Komendy Głównej Policji](#).