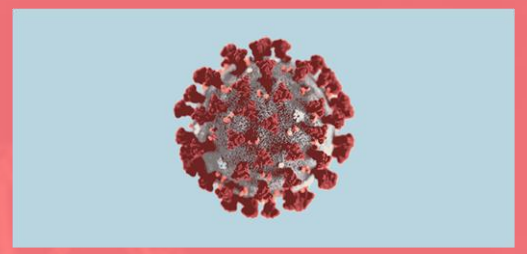
Zgodnie z rozporządzeniem MEN ferie zimowe w roku szkolnym 2020/2021 dla wszystkich uczniów w całej Polsce odbędą się w jednym terminie:

04-17 stycznia 2021

FERIE ZIMOWE W ROKU SZKOLNYM 2020/2021

Ferie zimowe w związku z pandemią wirusa COVID 19 będą trochę inne niż w latach poprzednich.



W czasie ferii MEN rekomenduje, aby uczniowie pozostali blisko swoich rodzinnych miejscowości. Chodzi o to, aby nie powodować zwiększonej mobilności i tym samym zmniejszyć ryzyko rozprzestrzeniania się koronawirusa. Zdrowie i bezpieczeństwo uczniów oraz ich rodzin jest obecnie najważniejsze .

Stoki narciarskie i turystyczne będą czynne w sezonie zimowym 2020/2021 przy ścisłym reżimie sanitarnym, aby zapewnić bezpieczeństwo użytkownikom.

FERIE ZIMOWE W ROKU SZKOLNYM 2020/2021

Więcej informacji znajdziesz klikając link:
https://youtu.be/0jUcSN9fYV4

JAK CHONIĆ SIĘ PRZED KORONAWIRUSEM

WŁAŚCIWY UBIÓR

Typowy ubiór powinien się składać z trzech warstw:
- wewnętrznej (bielizna), która odprowadza wilgoć ze skóry,
- środkowej (np. polar), która stanowi właściwy termoizolator,
- zewnętrznej, która chroni przed wiatrem (np. soft-shell) i wilgocią (np. gore-tex itp.).

Ubiór musi być dostosowany do warunków atmosferycznych i typu aktywności fizycznej

Uprawiając sport (górskie wycieczki, jazda na nartach itp.) nie należy ubierać się zbyt ciepło, aby nie doprowadzić do przegrzania organizmu.

Pamiętaj!

Zapobieganie wychłodzeniu w górach polega na unikaniu przegrzania.

BEZPIECZNIE ZIMĄ

ZABAWA ŚNIEŻKAMI

Lepienie bałwana i „wojny na śnieżki” to jedna z bardziej lubianych zabaw na śniegu.

Musimy jednak pamiętać, że śnieżka zrobiona z mokrego śniegu jest bardzo twarda, a zatem uderzenie nią bywa tak samo bolesne, a przede wszystkim niebezpieczne jak uderzenie kamieniem.

Niedopuszczalną rzeczą jest wkładanie do śnieżek kamieni lub kawałków lodu.

JAZDA NA SANKACH

Zjeżdżać na sankach powinnyśmy
tylko w miejscach bezpiecznych
– w odpowiedniej odległości od drogi,
by podczas zabawy nie wjechać
pod samochód.

Specjalnie przygotowane górki
do zjeżdżania powinny być usytuowane
z dala od drzew.

Kulig

Należy pamiętać, że ze względów
bezpieczeństwa, kulig musi być
odpowiednio zorganizowany.

Nie wolno jeździć po drogach publicznych.

Nie wolno też przywiązywać sanek
do traktora, samochodu czy quada.
Tak zorganizowany kulig jest niebezpieczny
dla jego uczestników i niezgodny
z przepisami. Kierujący pojazdem może
zostać ukarany pięciusetzłotowym
mandatem oraz pięcioma punktami
karnymi.

BEZPIECZNIE ZIMĄ

BEZPIECZNIE NA NARTACH

BEZPIECZNIE NA ŚNIEGU I LODZIE

LODOWISKA

Chcąc jeździć na łyżwach, korzystaj tylko ze zorganizowanych i nadzorowanych lodowisk!!!
Zabawa na zamarzniętym jeziorze, stawie, gliniance, rzece jest bardzo niebezpieczna i może skończyć się tragicznie.

ZANIM WEJDZIESZ NA LÓD:

1. Zostaw komuś niezbędne informacje (gdzie, kiedy, z kim).
2. Najlepiej wybierz się w zaufanym towarzystwie (kto w miarę potrzeby będzie umiał udzielić stosownej pomocy).
3. Zabierz ze sobą jakieś środki asekuracyjne (długą linę, kolce, kamizelkę asekuracyjną).
4. Sprawdź wytrzymałość lodu i powtarzaj tę czynność.

JEŚLI LÓD SIĘ ZARWIE:

1. Nie wpadaj w panikę, zachowaj spokój.
2. Oszczędzaj siły na wydostanie się z wody.
3. Zdejmij ciężkie rzeczy (np. buty).
4. Jeśli się wydostaniesz, nie wstawaj tylko się czołgaj.
5. Przebierz się w suche ubrania.

KIEDY WIDZISZ, ŻE POD KIMŚ ZARWAŁ SIĘ LÓD:

1. Nie biegnij w kierunku ofiary.
2. Wezwij pomoc.
3. Postaraj się podać ofierze pływający przedmiot, drugi koniec liny, kurtki, gałęzi (upewnij się, że sam stoisz pewnie i ofiara nie pociągnie cię do wody).
4. Pomóż ofierze wydostać się na krawędź lodu.
5. Ogrzej osobę – suche ubrania, ciepły napój bezalkoholowy, czekolada.

BEZPIECZNIE NA LODZIE

POLICJA

997

POGOTOWIE RATUNKOWE

999

STRAŻ POŻARNA

998

NUMER RATUNKOWY

112

601 100 300 – numer ratunkowy w górach

NUMERY ALARMOWE

PAMIĘTAJ!!!

Zakaz przemieszczania się osób poniżej 16. roku życia bez opieki rodzica lub prawnego opiekuna od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 -16:00

Wszystkim uczniom i ich rodzinom życzymy zdrowych i bezpiecznych ferii zimowych 2020/2021