

ALFABET BEZPIECZNYCH WAKACJI



Asertywność. Jeden z najwyższych aktów odwagi. To umiejętność odmawiania, szczególnie w sytuacjach ryzykownych lub niebezpiecznych.

Bezpieczeństwo. Wyścigi rowerowe? Tak, ale wyłącznie w specjalnie wytyczonych miejscach i w kaskach. Skoki do wody? Tak, ale tylko pod okiem ratownika. Zachowanie podstawowych zasad bezpieczeństwa podczas zabawy sprawi, że będzie ona trwać dłużej.

Ciekawość. Cecha, którą należy pielęgnować i doceniać, ponieważ rozwija i kształtuje. Koniecznie chcesz sprawdzić czy opuszczona studnia jest głęboka? To już nie ciekawość, a głupota.

Duma. Świadomość, że sprzeciwienie się kolegom, nie sprawi, iż zostanie się odtrąconym. Jeżeli mamy poczucie własnej wartości, na pewno tak się nie stanie.

Emocje. Nie daj się im ponieść. Koledzy naciskają, żebyś zrobił coś niebezpiecznego, słyszysz śmiech i niemiłe komentarze? Wytrzymaj, powiedz, że tego nie zrobisz, zasugeruj innym, że również nie powinni ryzykować swojego zdrowia i życia.

Fakty. Każdego roku, podczas wakacji zdrowie lub życie traci tysiące młodych osób. Na kąpieliskach, podczas jazdy rowerem, w wyniku zażywania niebezpiecznych substancji. Można tego uniknąć.

Grupa. Trzyma się razem, wakacyjny czas spędza od rana do wieczora. Wychodzi razem i zawsze wraca razem. Bez kłopotów ze zdrowiem, w poczuciu pożytecznie spędzonego czasu. Pamiętajcie o zachowaniu dystansu, a w pomieszczeniach zakładajcie maski, dezynfekujcie dłonie.

Honor. To również bezinteresowna pomoc w nagłych wypadkach oraz pomoc słabszym. Nie bądź obojętny – reaguj!

Internet. Anonimowość w sieci sprzyja błędnemu rozumieniu odwagi. Nie hejtuj, a nie będziesz hejtowany! Dbaj o swoją prywatność, szczególnie teraz, kiedy nasze kontakty są ograniczone ,a tak bardzo potrzebujemy z kimś porozmawiać, podzielić się swoimi przemyśleniami.

Ja. Odważny ratownik. To brzmi dumnie! Znasz zasady udzielania pierwszej pomocy, znasz numery alarmowe: 112 - numer alarmowy, 984 - Pogotowie Rzemne, 985 - Ratownictwo Morskie i Górskie, 997 - Policja, 998 - Straż Pożarna, 999 - Pogotowie Ratunkowe.

Krytyka. Łatwiej krytykować, niż być poddanym krytyce, szczególnie tej niezasłużonej. W sytuacji ryzyka utraty zdrowia lub życia, warto ją jednak wytrzymać.

Lider. Jest w każdej grupie. Nie musi być największy i najsilniejszy. Dobrego lidera cechuje mądrość i odpowiedzialność za członków grupy.

Mądrość. Podstawa odwagi. Szybka analiza sytuacji, ocena wystąpienia możliwego ryzyka, przewidywanie skutków działania, umiejętność podjęcia trudnej decyzji. Bez mądrości – to niemożliwe.

Niezależność. Marzenie wielu młodych osób. Warto jednak pamiętać, że ratownik, policjant lub strażnik pracują, abyś Ty mógł beztrudnie się bawić. Zasady nie są po to , by je łamać, są po to by ich przestrzegać.

Odpowiedzialność. Jesteś odpowiedzialny za siebie, ale także za bliskich i osoby zupełnie przypadkowe. Reaguj na cudze nieszczęście i cierpienie. Dbaj o swoje i ich zdrowie. Jeżeli nie wiesz jak, zwróć się o pomoc do dorosłych.

Przewidywanie. Nie trzeba szklanej kuli, żeby wiedzieć, że skok na płytką wodę może skończyć się tragicznie, a palenie ogniska w lesie jest najczęstszą przyczyną pożarów.

Ratunek. Nie bój się ratować. Podejmuj odważne i odpowiedzialne decyzje. Od nich może zależeć czyjeś życie. Jeśli nie wiesz jak możesz pomóc, dzwoń zawsze pod całodobowy, bezpłatny numer alarmowy 112. W trudnych chwilach pomogą Ci również eksperci Dziecięcego Telefonu Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12, Fundacji DDS 116111.

Strach. „Strażnik” odwagi. Pamiętaj, że odwaga to panowanie nad strachem, a nie brak strachu.

Tchórz. Na dźwięk tego słowa nabieramy nadludzkiej mocy i często robimy rzeczy, których potem żałujemy. Na pewno tego chcemy?

Unikanie ryzyka. Trudna sztuka w czasie dojrzewania. Warto pamiętać, że znaki informacyjne, wprowadzone zasady i uwagi dorosłych są po to, aby pomóc zidentyfikować zagrożenie i uniknąć nieszczęścia.

Wakacje. Wymarzony czas – bez szkoły, z mniejszą dyscypliną. Najlepsze wakacje, to takie kiedy po ich zakończeniu cała klasa – bez wyjątku, zdrowa i wypoczęta – spotyka się na rozpoczęciu szkoły.

Zabawa. Przywilej młodości. Najlepsza zabawa jest zawsze w gronie przyjaciół, na których zawsze możemy liczyć.

*Mariola Księżopolska pedagog szkolny;
na podstawie strony Rzecznika Praw Dziecka*