

Jaká nebezpečí nám hrozí o prázdninách

Léto se pomalu blíží a s ním i dětmi tolik vytoužené letní prázdniny. Žádné vstávání do školy, žádné úkoly, jen dva měsíce plné her, zábavy, dovolených a táborů. O prázdninách však dochází k velkému množství úrazů, které je zapříčiněno roztržitostí nejen dětí, ale i mnoha dospělých. Policisté Karlovarského kraje Vás proto upozorňují před hrozícím nebezpečím, které na Vás může během letních prázdnin čekat. Nezapomínejte na základní zásady bezpečného chování a ochranu zdraví a chraňte před úrazy sebe i své děti.

### **Na co si dávat pozor:**

Při sportovních aktivitách používejte sportovní náčiní určené pro daný sport. Vždy myslete také na vhodný sportovní oděv, který by měl obsahovat i reflexní prvky, což se týká zejména sportovců, kteří se při sportovní aktivitě účastní i silničního provozu. Reflexní prvky nás však ochrání před úrazy i v běžném životě a ne jen při sportu. Cyklisté by měli mít na paměti užití cyklistické helmy i přesto, že je povinná jen do 18 let věku cyklisty. Důležité je také si před každou jízdou zkontrolovat technický stav jízdního kola či povinnou výbavu.

Zvýšené opatrnosti dbejte v letních měsících především při koupání. Zvláště nebezpečné může být koupání v neznámých a nestřežených vodách, jakými jsou řeky, rybníky či lomy. Tam kde vodní hladinu neznáte, vyhněte se skokům do vody, může Vám hrozit nebezpečí vážného úrazu. Do vody neskákejte ani ihned po příchodu k vodě, chvílku setrvejte na břehu, skokem do studené vody Vám hrozí kolaps organismu. Rodiče buďte při koupání s dětmi vždy ve střehu, koupejte se jen v mělkých vodách, které znáte a nenechávejte své děti ani chvílku bez dozoru a to ani na koupalištích.

Jestliže děti zůstávají samotné doma, poučte je, jak se mají správně chovat. Naučte je také jak správně volat na tísňovou linku v případě potřeby. Děti by měly vědět, že nikomu nesmí otvírat dveře ani bavit se s cizími lidmi, a to ani doma ani na ulici. Poučte je, jak se mají chovat bezpečně nejen doma, ale i v parku či na ulici, neboť nebezpečí úrazu hrozí na každém rohu. V případě, že Vaše dítě někam odchází, mělo by Vám nechat alespoň písemný vzkaz, kam jde a jak dlouho se tam přibližně zdrží, případně telefonický kontakt na někoho z kamarádů. Klíče od bytu by měly nosit děti skrytě, odděleně od jiných osobních věcí. Neměly by dávat na obdiv ani cennosti či finanční hotovost, kterou mají při sobě.

V případě, že se budete chtít účastnit turistiky v těžších terénech, nechte si poradit od odborníka. Mějte potřebné vybavení a nepřeceňujte své síly, na túry tohoto typu se nevydávejte raději sami.

Jestliže posíláte své dítě na dětský letní tábor, dejte na doporučení svých známých. Zjistěte si včas, jaké požadavky mají pořadatelé na Vás a Vaše děti. Přesvědčte se, v jakých podmínkách bude dítě tábor trávit. Řiďte se požadavky pořadatelů, ať se vyhnete nepříjemnostem.

**V případě potřeby volejte na čísla tísňových linek: 158, 150, 155, 156, 112.**

Krásné prožití letních měsíců bez úrazů přejí policisté Karlovarského kraje.

nprap. Mgr. Věra Hnátková  
oddělení tisku a prevence Krajského ředitelství policie Karlovarského kraje