



BEZPIECZNE FERIE ZIMOWE

- **DBAJ O HIGIENĘ OSOBISTĄ**
- **ODPOCZYWAJ AKTYWNI**
- **ZACHOWAJ ROZSĄDEK PODCZAS ZABAWY**
- **UNIKAJ UŻYWEK**
- **BĄDŹ ODPOWIEDZIALNY ZA SIEBIE I INNYCH**
- **NIE UFAJ OBCYM**
- **BĄDŹ WIDOCZNY - NOŚ ODBLASKI**



 RATUNEK



PAMIĘTAJ JAK WEZWAĆ POMOC:  NUMER ALARMOWY 112



GOPR 985



KURATORIUM OŚWIATY
w Katowicach

 **POLICJA**
Komenda Wojewódzka
Policji w Katowicach



Ferie zimowe to dla dzieci
i młodzieży wymarzony
czas wypoczynku.

Aby jednak przebiegał on szczęśliwie,
należy pamiętać o podstawowych
zasadach bezpieczeństwa,
obowiązujących podczas
zorganizowanych wyjazdów zimowych
oraz w miejscu zamieszkania.



**Uprawiając sporty zimowe dbaj
o bezpieczeństwo swoje
i innych**



**Dostosuj szybkość zjazdu do własnych
umiejętności**

NARCIARSKI ZJAZD

Pomóż narciarzowi zjechać bezpiecznie z góry i zdobyć puchar



Gratulacje zdobyłeś
PUCHAR

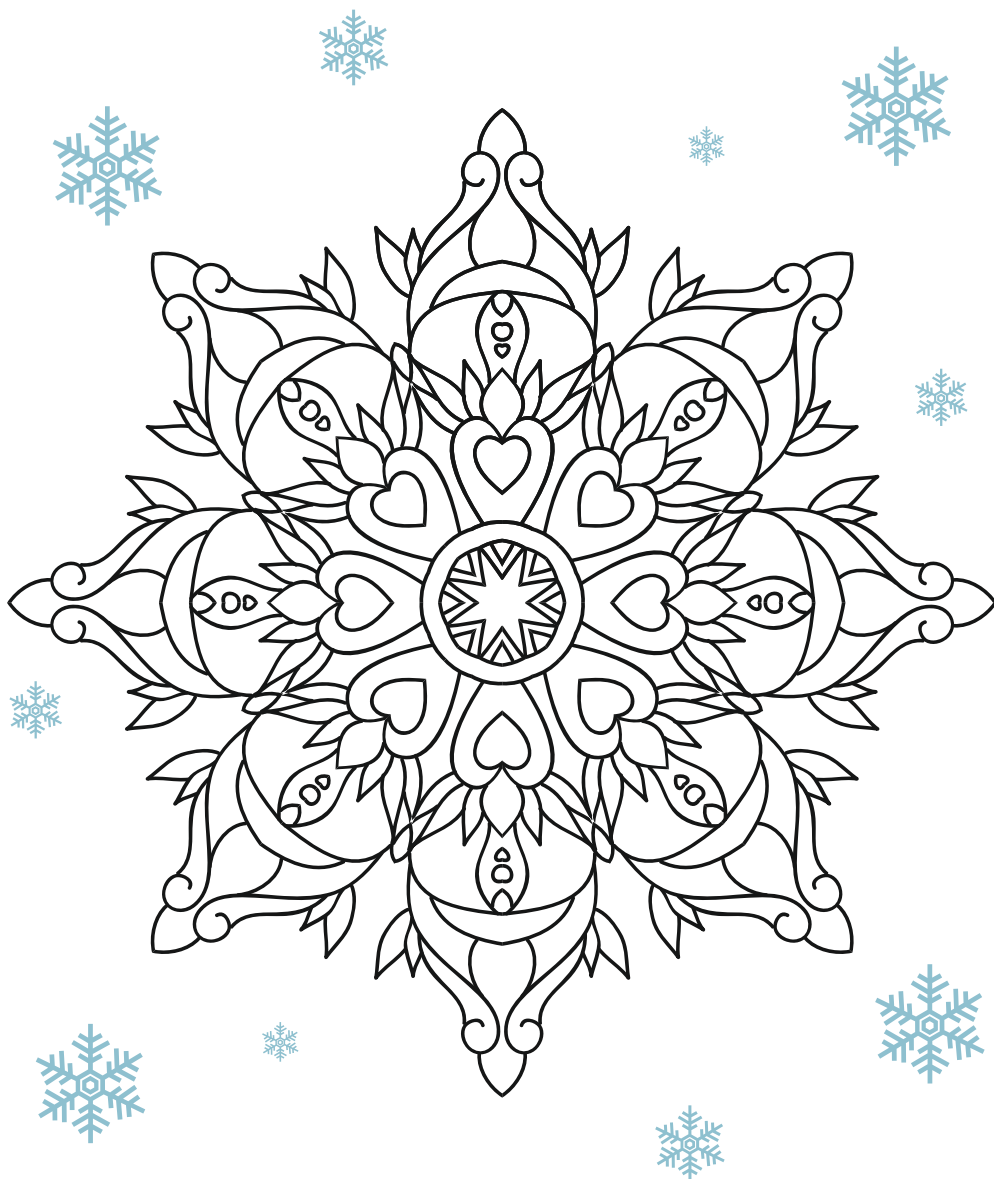


Na stoku unikaj brawury



**Dostosuj szybkość zjazdu do rodzaju
i stanu trasy**

Zrelaksuj się przy kolorowaniu płatka śniegu



**Czy wiesz jak chronić się przed zimnem
na spacerze?**



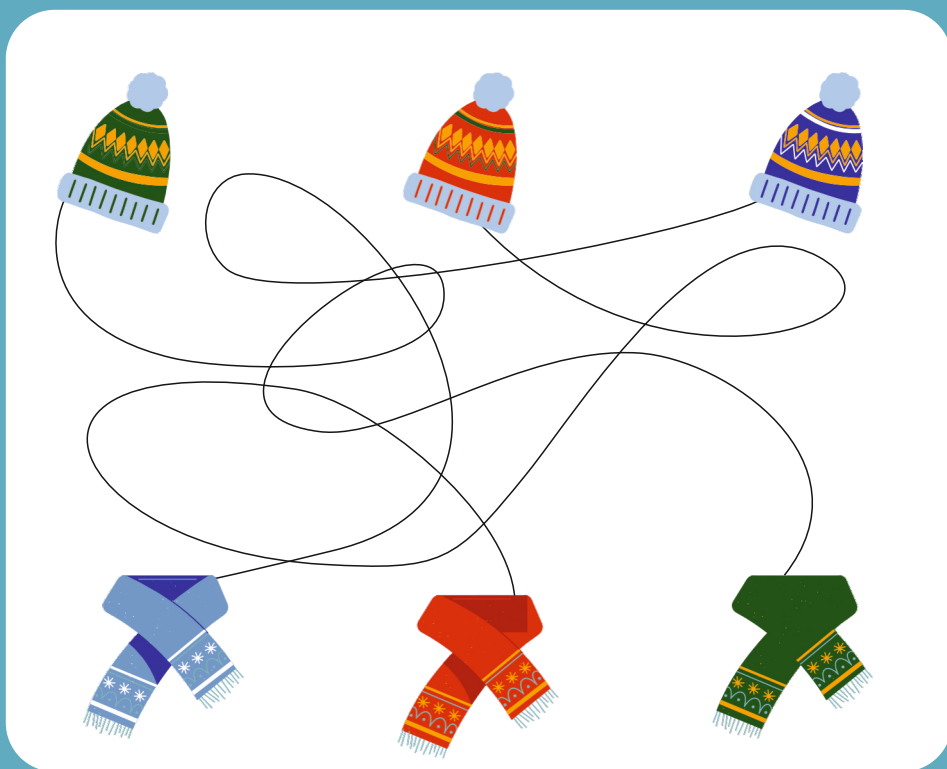
**Ubierz się odpowiednio do pogody
i nie przegrzewaj się**

Gdy w zimowe dni
wychodzisz z domu ubierz się
odpowiednio do pogody



Nie zapominaj o zakładaniu czapki i szalika

Małe zadanie do wykonania - rysuj po śladzie i połącz czapkę z szalikiem



Ciepła odzież w trakcie wypoczynku
na świeżym powietrzu pozwala zapewnić
dobrą zabawę i zdrowie



Ubij się odpowiednio do temperatury

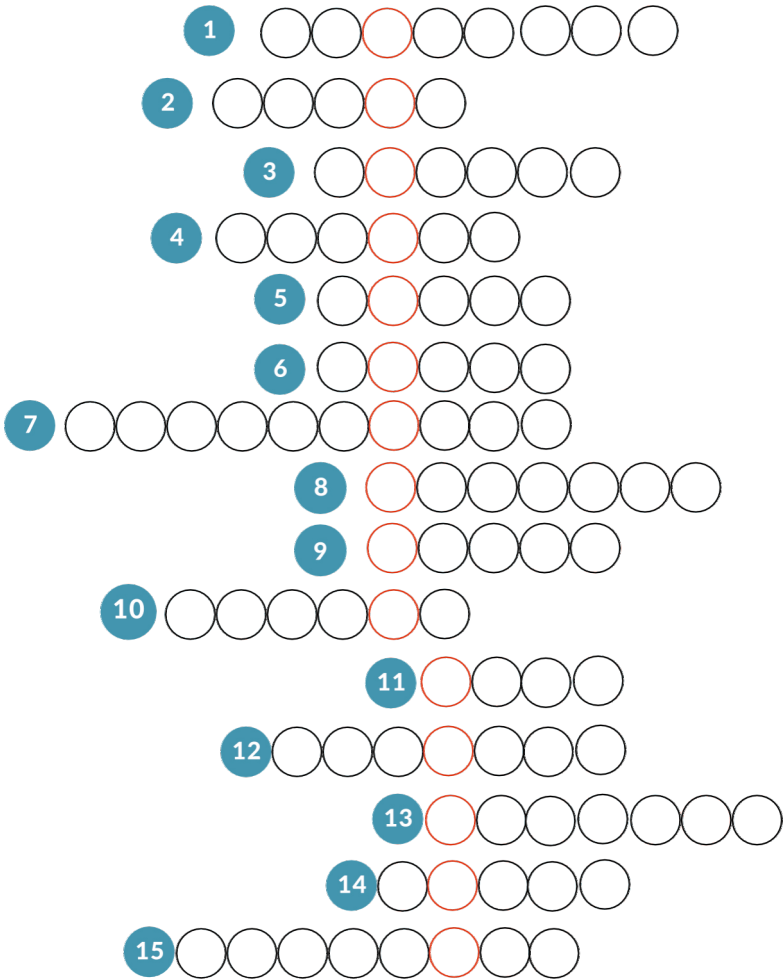
Znajdź i zakreśl w diagramie ukryte nazwy zimowego ubioru

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | K | N | S | A | K | A | F | A | N |
| Z | U | B | W | E | O | P | U | H | A |
| A | R | T | E | W | Z | L | T | O | U |
| L | T | N | T | U | A | S | R | T | S |
| I | K | W | E | R | K | Z | O | N | Z |
| K | A | N | R | O | I | A | D | F | N |
| C | Z | A | P | K | A | L | H | U | I |
| K | O | Ż | U | C | H | S | C | N | K |
| R | Ę | K | A | W | I | C | Z | K | I |

Zaprojektuj i pokoloruj Twoje ubranie zimowe



Zimowa Krzyżówka



- | | |
|--|---|
| 1. Widoczne w ciemności na kurtce | 8. Kiedy o nie dbamy, chęć do życia mamy |
| 2. Zimą pada z nieba | 9. Na nogach je mamy, gdy z górki zjeżdżamy |
| 3. Otulisz nim szyję zimą | 10. Inaczej burza śnieżna |
| 4. Nosisz ją na głowie, głównie w zimowe dni | 11. Wśród lodów się najlepiej czuje, w fokarium zamieszkuje |
| 5. Zimą wieje w oczy | 12. Kulka śniegu |
| 6. Zimowe wakacje | 13. W zaprzęgu Świętego Mikołaja |
| 7. Chronią ręce przed mrozem | 14. Odpycha się nimi narciarz |
| | 15. Wełniane, grzeją stopy |

Hasło:



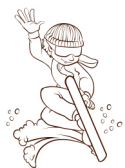
**Zachowaj szczególną ostrożność
na zatłoczonych trasach**



**Na stoku wybieraj trasę pod kątem swoich
umiejętności**

Zachowaj szczególną ostrożność na trasach zjazdowych

Pomóż uczestnikom zjazdu dojechać do celu



Do jazdy na łyżwach wybieraj
bezpieczne lodowisko,
nie korzystaj z zamarzniętych
zbiorników wodnych



Zanim wejdiesz na lodowisko, załóż kask,
ochraniacze i rękawiczki

Zimowe kodowanie

Ułóż hasło wg podanego kodu

| | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | A | L | P | R | I | T | W |
| | Z | N | P | N | S | N | P |
| | I | N | A | U | Z | E | C |
| | L | G | L | W | R | D | A |
| | Y | M | W | K | E | F | T |

| | | | | | | | |
|-------|---|-----|------|-----|-----|----------|-------|
| | | | | | | | |
| KOD | ↓ | ↓ → | ↓↓ → | → → | ↓ → | ↓↓ ↓ ↓ ← | → ↑ ↑ |
| HASŁO | P | | | | | | |

Rozwiąż rebusy i odczytaj hasło

POMOCNIK ŚWIĘTEGO MIKOŁAJA

MIESZKANIEC ANTARKTYDY



~~reni~~



~~pingw~~ n=e

ZIMNA PORA ROKU

DO JAZDY MUSI BYĆ BEZPIECZNE



~~a~~

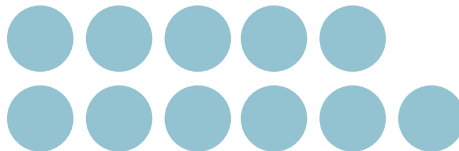


~~łod~~ ~~isko~~



~~łyżw~~ y=e

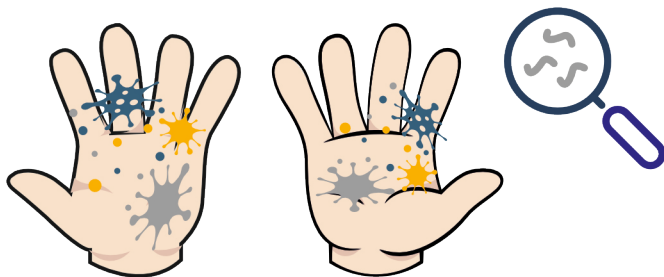
Hasło:



Podczas zimowego wypoczynku
odpoczywaj i rozwijaj swoje
zainteresowania



Brudne ręce mogą być przyczyną wielu groźnych
i niebezpiecznych dla zdrowia chorób

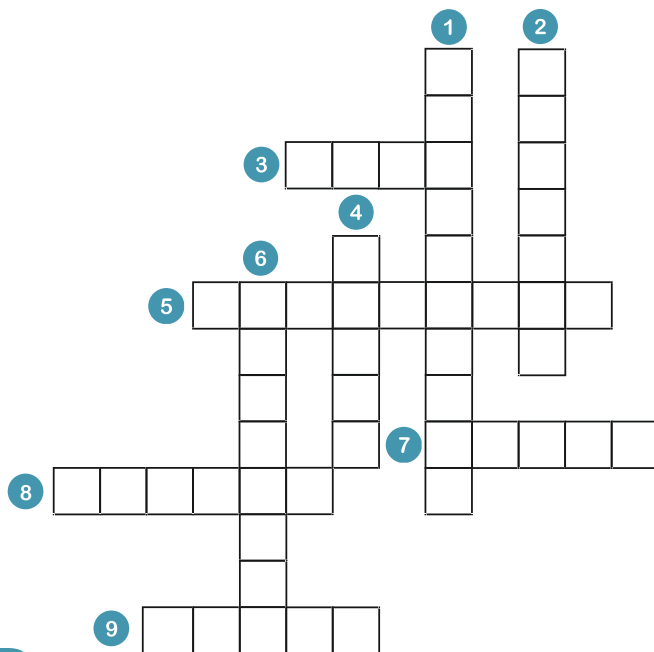


Wirusów i bakterii nie zobaczycie gołym okiem!
Są bardzo małe, można je zobaczyć tylko w laboratorium.

WYOBRAŹ SOBIE I NARYSUJ BAKTERIĘ WEDŁUG SWOJEGO POMYSŁU



ROZWIĄŻ KRZYŻÓWKĘ



ZNAJDŹ MNIE
W KRZYŻÓWCE



Poziomo:

3. Używamy go zjeżdżając na nartach lub snowboardzie.
5. Miejsce, gdzie bezpiecznie możemy jeździć na łyżwach.
7. Zaprzęg konny z saniami.
8. Symbol zimy, z nosem z marchewki.
9. Unikam górki blisko...

Pionowo:

1. Chronią ręce przed zimnem.
2. Rzucamy się nimi, pamiętając, żeby były miękkie.
4. Zwisają zimą z dachu, trzeba na nie uważać.
6. Należy je założyć, aby być widocznym na drodze.

NIE UFAJ OBCYM ZACHOWAJ OSTROŻNOŚĆ



Wypoczywaj zdrowo
i bezpiecznie



PAMIĘTAJ!



112 NUMER ALARMOWY

Opracowano:

Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Katowicach

ul. Raciborska 39, 40-074 Katowice



Egzemplarz bezpłatny

Wydrukowano w ramach Rządowego programu ograniczania
przestępczości i aspołecznych zachowań
Razem bezpieczniej im. Władysława Stasiaka.