

Wakacje – wypoczywaj bezpiecznie!

Rozpoczynają się wakacje – bez troskie leniuchowanie, górskie wędrówki, kąpiele w morzu – czekają na nie w równym stopniu dorośli i dzieci. Zaplanujmy je tak, aby wypoczynek był bezpieczny dla nas i naszych podopiecznych. Dlatego, nim nasze pociechy wyjadą na obozy czy kolonie, porozmawiajmy z nimi o ewentualnych zagrożeniach i sposobach, jak ich uniknąć. Porozmawiajmy także o Alercie RCB – SMS-owym systemie ostrzegania, aby nasi podopieczni wiedzieli jak się zachować, gdy otrzymają informację o zbliżającym się niebezpieczeństwie.

BĄDŹ BEZPIECZNY NAD WODĄ

nie skacz do wody w nieznanych miejscach

nie wbiegaj rozgrzany do wody

nie wypływaj na materacu daleko od brzegu

nie wchodzić do wody bezpośrednio po posiłku

nigdy nie wchodzić do wody po alkoholu lub środkach odurzających

pływaj tylko w wyznaczonych miejscach

stosuj się do poleceń ratownika

załóż kapok na łódce, kajaku i rowerze wodnym

rcb.gov.pl @RCB_RP @rządowecentrumbezpieczenstwa @rcbgovpl RCB | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa

Zjawiska pogodowe takie jak burze, opady deszczu czy wiatr, są coraz bardziej gwałtowne i zdarzają się zdecydowanie częściej niż kiedyś. Stanowią istotne zagrożenie zwłaszcza wtedy, gdy przebywamy poza domem. Dlatego trzeba znać zasady bezpieczeństwa podczas wypoczynku nad wodą, czy w górach, aby uniknąć niebezpiecznych zdarzeń.

Natomiast wyjeżdżając za granicę warto, po pierwsze sprawdzić rekomendacje Ministerstwa Spraw Zagranicznych dla danego regionu świata, po drugie – **zarejestrować się w e-konsulacie - w systemie „Odyszeusz”**. W przypadku wystąpienia sytuacji nadzwyczajnej łatwiej będzie nam uzyskać pomoc i niezbędne informacje. Rejestracja jest dobrowolna.

Należy także pamiętać o ubezpieczeniu. Wyjeżdżając za granicę na wypoczynek zorganizowany przez biuro podróży, z reguły każdy jest ubezpieczony. Warto jednak sprawdzić zakres tego ubezpieczenia. Najlepiej przeanalizować własne potrzeby, ocenić ryzyko i zagrożenia i ewentualnie wykupić ubezpieczenie dodatkowe.

O tym jak ubezpieczyć wypoczynek nad wodą mówi jeden z odcinków Akademii Bezpieczeństwa RCB.

Wideo: <https://youtu.be/EdaODyqSM8E>

Na stronie internetowej Rządowego Centrum Bezpieczeństwa są opisane zagrożenia i sposoby postępowania, aby ich uniknąć:

- > jak zachować się [podczas burzy](#);

