

# BEZPIECZNE FERIE ZIMOWE

*Ubieramy się stosownie do temperatury  
panującej na dworze.*





## ZASADY BEZPIECZNYCH FERII ZIMOWYCH

- Nie zjeżdżajmy na sankach w pobliżu drogi oraz zbiorników wodnych.
- W czasie zjeżdżania zachowujemy bezpieczną odległość między sankami.
- Nie doczepiamy sanek do samochodu.
- Rzucając się śniegiem nie łączmy miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamieni oraz nie celujemy w twarz drugiej osoby.
- Na łyżwach jeździmy tylko w wyznaczonych miejscach, nie ślizgajmy się po lodzie na rzece lub stawie.
- Nie przebiegajmy przez ulicę, nie przechodźmy w miejscach niedozwolonych.
- Bądźmy widoczni na drodze.
- Nie strącajmy zwisających z dachów sopli.
- Pamiętajmy o zdrowym odżywianiu.
- Ubierajmy się odpowiednio do temperatury panującej na dworze.
- W wolnym czasie przebywajmy na świeżym powietrzu, dbajmy o aktywność fizyczną.



## Zabawy z sankami

- Nie zjeżdżajmy na sankach w pobliżu drogi oraz zbiorników wodnych!
- W czasie zjeżdżania zachowujemy bezpieczną odległość między sankami!
- Nie doczepiamy sanek do samochodu!



- Nie zapominajmy o podstawowych zasadach higieny.
- Unikajmy kontaktu z osobami chorymi.
- W przypadku wystąpienia objawów choroby zgłośmy się do lekarza.

## POMYSŁY NA FERIE ZIMOWE

Ferie to piękny, zimowy czas, na który wszystkie dzieci czekają z utęsknieniem. W natłoku codziennych spraw i obowiązków jest to dobry moment, aby spędzić trochę czasu w rodzinnym gronie. Przerwa od zajęć szkolnych sprawia jednak nierzadko same problemy. Należy w kreatywny sposób zorganizować dzieciom czas wolny, gdyż, w przeciwnym razie, nasze pociechy spędzą go mało efektywnie na kanapie przed telewizorem, a powtarzane "Mamo, Tato, nudzi mi się" stanie się koszmarem zimowego wypoczynku.

## **CO ROBIĆ W FERIE ZIMOWE?**

Poniżej przedstawiamy kilka propozycji, które pomogą zatroskanym rodzicom znaleźć odpowiednie źródło rozrywki dla swoich podopiecznych. Oczywiście wszystko zależy od naszych funduszy oraz od tego, czy dysponujemy urlopem. Sprawdźmy zatem, co robić oraz gdzie wybrać się z dziećmi podczas ferii zimowych.

### **WYJAZD W GÓRY**

Urlop szczególnie ważny będzie w przypadku wycieczki poza miasto. Niekoniecznie musimy udawać się w góry, żeby odnaleźć np. stok narciarski. Coraz częściej wyciągi spotyka się również przy niewielkich wzniesieniach. To samo dotyczy parków krajobrazowych, które spotykamy właściwie w każdym województwie. Przysłowiowy wypad w góry z pewnością ułatwi sprawę, aby skorzystać ze wszystkich atrakcji naraz. Jednakże dla chcącego nic trudnego i z pewnością możemy cieszyć się tymi atrakcjami niemal w każdym zakątku Polski:

- Jazda na nartach lub snowboardzie
- Baseny termalne
- Zwiedzanie Parków Narodowych i Krajobrazowych
- Zwiedzanie jaskiń
- Ognisko z góralską muzyką
- Park linowy
- Kulig z pochodniami

**AUTOR : NATALIA JULIA WINIARSKA KLASA V**