



Humor dla zdrowia

Nauczyciel pyta dzieci w klasie:

- Czy wiecie, dzieci, jaki ptak nie buduje gniazd?

Zgłasza się Jasio: - Tak! To kukułka!

Nauczyciel: - A dlaczego nie buduje?

Jasio: - No bo mieszka w zegarach.

- Dlaczego ciągle spóźniasz się do szkoły? –
pyta nauczycielka Jasia.

- Bo nie mogę się obudzić na czas...

- Nie masz budzika?

- Mam, ale on dzwoni wtedy, gdy śpię.

Mama tłumaczy Jasiowi:

- Trzeba być grzecznym, żeby pójść do nieba!

- A co trzeba zrobić, żeby pójść do kina?

Zespół redakcyjny:

Alina Kąkol, Magdalena Bojarska, Magdalena Pawlik.

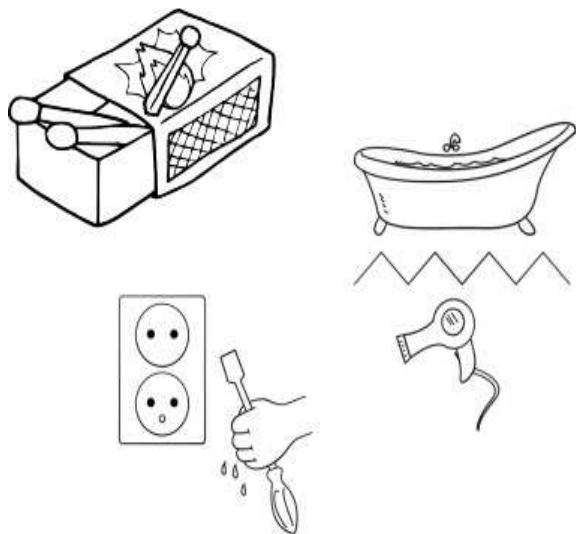
JUNIOR

ABC ZDROWIA

PAMIĘTAJ

O BEZPIECZEŃSTWIE

SWOIM I INNYCH !



BEZPIECZNA ZABAWA W DOMU !

Mieszkanie jest wspaniałym miejscem do organizowania ciekawych, bezpiecznych zabaw.

Pamiętaj, że są rzeczy, których musisz się wystrzegać w swoich zabawach. Są to:

- 1) gaz – możesz się nim zatruć lub spowodować wybuch,
- 2) prąd elektryczny – może Cię porazić,
- 3) ogień – możesz spowodować pożar,
- 4) woda – możesz zalać mieszkanie,
- 5) ostre przedmioty – grożą zranieniem,
- 6) lekarstwa – możesz się nimi zatruć.



ABY WAKACJE BYŁY RADOSNE I BEZPIECZNE, ZAPAMIĘTAJ !

- Przebywając w miejscach, gdzie jest dużo osób, pilnuj się opiekuna.
- Zachowaj umiar w przebywaniu na słońcu.
- Jeśli musisz przebywać na słońcu, stosuj kremy z filtrami ochronnymi.
- Noś nakrycia głowy i okulary przeciwsłoneczne.
- Pij dużo wody.
- Chron się w cieniu w godzinach południowych.
- Pływaj tylko w miejscach strzeżonych, czyli tam, gdzie jest ratownik WOPR.



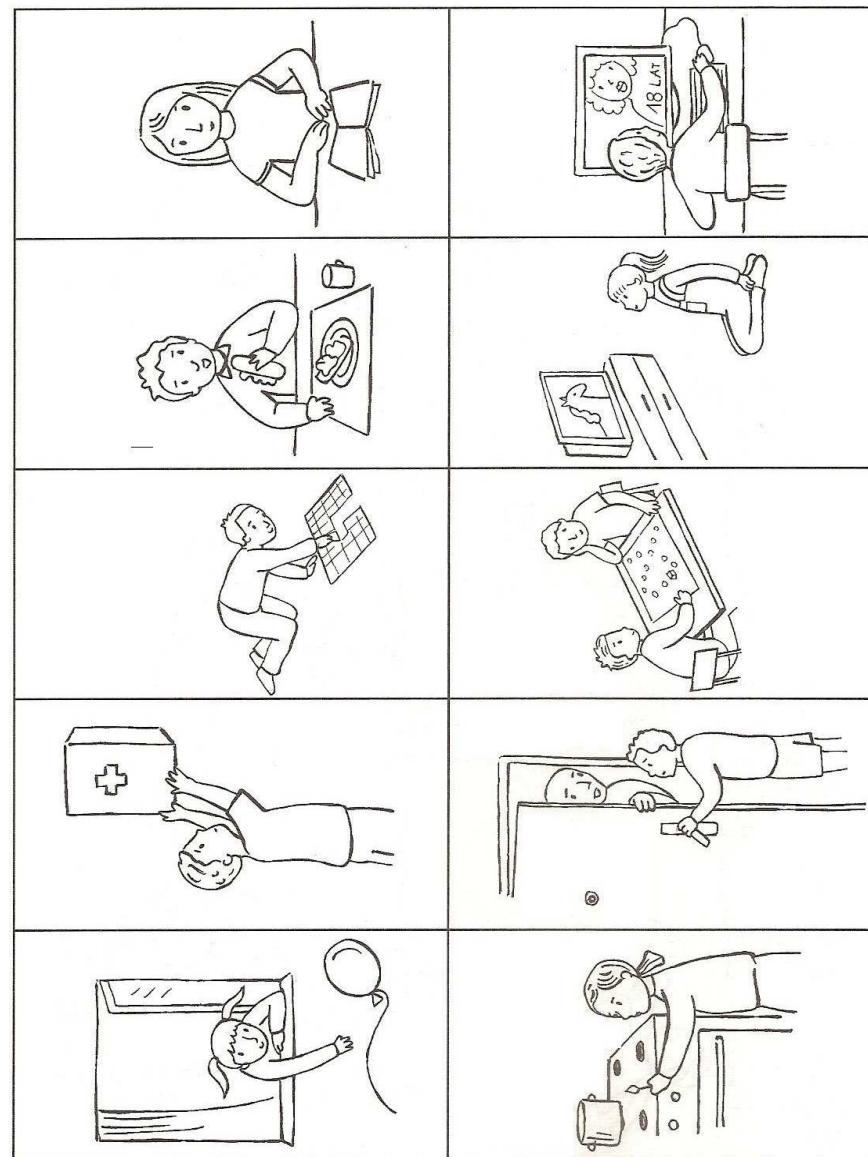
OBCY PUKA DO DRZWI !

Zawsze, gdy usłyszysz dzwonek lub pukanie do drzwi, sprawdź, kto to. Wyrzyj przez okno lub spójrz przez wizjer w drzwiach. Jeżeli jest to osoba, której nie znasz: Nie otwieraj drzwi!!!

Przygotuj kartkę z najważniejszymi numerami telefonów, pod które możesz zadzwonić w razie potrzeby. Jeżeli nie masz w domu telefonu, a coś Ci zagraża – zaalarmuj sąsiadów!

Bezpieczny sam w domu

Przyjrzyjcie się obrazkom. Pokolorujcie tylko te rysunki, na których dziecko będąc samo w domu postępuje właściwie. Pozostałe obrazki (jest ich pięć) pokazują zachowania niebezpieczne.





ZASADY BEZPIECZNEJ JAZDY NA ROWERZE:

- Używaj sprawnego i w pełni wyposażonego roweru.
- W czasie jazdy używaj kasku.
- Dokładnie rozejrzyj się, zanim ruszysz.
- W miarę możliwości korzystaj z drogi dla rowerów.
- Przestrzegaj przepisów drogowych, obowiązują one także rowerzystów.
- Przed skrzyżowaniami, wyjazdami z podwórek i bocznych ulic trzymaj zawsze dłoń na hamulcu.
- Nie wymuszaj pierwszeństwa przejazdu.
- Sygnalizuj odpowiednio wcześniej wszystkie skręty.
- W czasie jazdy zawsze uważaj!



PAMIĘTAJ O BEZPIECZNEJ ZABAWIE NA PODWÓRKU !

- Podwórko to znakomite miejsce na zorganizowanie zabawy, powinno być położone z daleka od jezdni, ruin, wykopów.
- Bawiąc się na podwórku, nie rozmawiaj z obcymi i nie pozwól, aby wypytywali się o mieszkanie i Twoich rodziców.
- Zwracaj uwagę na nieznajomych kręcących się w pobliżu mieszkania. Może to być włamywacz. Spróbuj zapamiętać wygląd obcego. W razie potrzeby zaalarmuj dorosłych.