

## **Komisariat Policji w Siewierzu informuje jak bezpiecznie spędzić wakacje**

Do wakacji pozostało już tylko kilka dni. Wiele osób w tym okresie wybierze aktywny wypoczynek, spędzając wolny czas podróżując. Część dzieci i młodzieży wyjedzie poza miasto na obozy, kolonie. W trosce, aby czas ten spędzony był w bezpieczny sposób chcemy Państwu przekazać kilka rad, które mogą uchronić Was i Waszych najbliższych przed niebezpieczeństwem.

### **Bezpieczny wypoczynek nad wodą:**

- korzystaj tylko z kąpielisk strzeżonych,
- nigdy nie wchodź do wody po alkoholu,
- nigdy nie skacz do płytkiej wody o nieznanym dnie – taki skok może zakończyć się nieodwracalnym kalectwem,
- po długim leżeniu na słońcu nie zanurzaj się gwałtownie w wodzie – stopniowe schładzanie organizmu pozwoli Ci uniknąć szoku termicznego,
- zwracaj szczególną uwagę na osoby będące pod Twoją opieką.

### **Zagrożenia wynikające z propozycji używania środków odurzających lub narkotyków:**

- nie przyjmuj poczęstunków od nieznanomych, zwłaszcza w środkach komunikacji,
- pamiętaj, że posiadanie nawet najmniejszej ilości narkotyku jest prawnie zakazane,
- o pojawieniu się narkotyków powiadamiaj opiekuna lub osobę dorosłą, w razie potrzeby policję.

### **Zagrożenia wynikające ze spożywania alkoholu:**

- zdecydowanie odmawiaj każdorazowej propozycji spożycia napoju alkoholowego,
- miej świadomość, że każdy rodzaj alkoholu działa na organizm tak samo - opóźnia reakcję,
- będąc pod wpływem alkoholu narażasz się na ryzyko stania się ofiarą przestępstwa lub jego sprawcą.

### **Inne niebezpieczne zachowania:**

- nie wpuszczaj do domu nieznanym, obcych osób,
- nie obdarzaj zaufaniem nowopoznanych osób, które mogą wykorzystać Twoją łatwowierność,
- w rozmowach telefonicznych i osobistych kontaktach z nieznanymi nie podawaj żadnych danych o majątku i nie informuj o braku dorosłych w domu,
- nie korzystaj z windy, gdy pasażerem jest osoba nieznaną,
- zachowaj ostrożność w kontaktach z wolno biegającymi psami,
- będąc na dyskotecie nigdy nie przyjmuj poczęstunku od nieznanomych - mogą być dosypane substancje psychoaktywne, w różnym stopniu ograniczające świadomość,
- własny napój miej stale w zasięgu wzroku, aby uniknąć przykrej niespodzianki.

**Komisariat Policji w Siewierzu**