

**Bezpieczne wakacje
w mieście, lesie, górach
i nad wodą**

**Cześć dzieciaki nasze miłe
co wakacje zaczynają,**



**jak je spędzić najbezpieczniej
dzisiaj służby przestrzegają.**

Dziś policjant, leśnik, strażak, pan
ratownik z gór i z wód kilka zasad
wam powiedzą, abyś mądrze strzec
ich mógł.



Kiedy na wycieczkę jedziesz,
w samochodzie zapnij pasy,
żeby tata na mandaty nie marnował
swojej kasy.



Jeśli obcy Cię zaczepi, to nie gadaj z nim w ogóle, grzecznie przeproś go, „przepraszam” i do opiekuna swego biegnij szybko mój kolego.



**Facebook to jest fajna sprawa,
z kolegami jest zabawa.**



**Bądź ostrożny w sieci ziomku,
nie chwal się, co masz w swym domku.**



Bo gdy złodziej to zobaczy,
prędko ukraść będzie chciał
i utracisz cenne rzeczy
i już nic nie będziesz miał.



**Gdy wakacje już się zaczynają,
nie siedź w domu, tam jest nuda,
jedź do lasu na wycieczkę,
tam zobaczysz wielkie cuda.**



Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Krośnie

PORADNIK MŁODEGO WĘDROWCA

NIE ZBIERAJ GRZYBÓW I OWOCÓW, KTÓRYCH NIE ZNASZ - MOGĄ BYĆ TRUJĄCE! STOP

ZABIERZ ZE SOBĄ KIESZONKOWY PRZEWODNIK, A DOWIESZ SIĘ JAK NAZWAĆ ROŚLINĘ, KTÓREJ SIĘ PRZYGLĄDASZ

NIE ZRYWAJ ROŚLIN I KWIATÓW, GDYŻ WIELE Z NICH JEST POD OCHRONĄ STOP

JESLI ZAMIERZASZ KOLEKCYJONOWAĆ BOGACTWA LASU ZBIERAJ SZYSZKI LUB LIŚCIE DO ZIELNIKA

NIE HAŁASUJ, GDYŻ ZAKŁÓCASZ ŻYCIE LESNYCH ZWIERZĄT! STOP

ZABIERZ ZE SOBĄ LORNETKĘ LUB LUPĘ, A JEŚLI ZACHOWASZ CISZĘ PODEJRZYSZ NIEJEDNO ZWIERZĘ

NIE ROZPALAJ OGNISKA W LESIE ANI JEGO POKLĘCZ! STOP

JESLI DZISIAJ SPOWODUJESZ POŻAR, TO W CIAŁU NAJBLIŻSZYCH KILKUDZIESIECIOLECI LAT NIE BĘDZIESZ MIAŁ DOKĄD PRZYJŚĆ

NIE ZABIERAJ DO DOMU OPUSZCZONYCH ZWIERZĄT! STOP

ICH MAMA JEST ZAPEWNE W POKLĘCZU

NIE ŚMIĘĆ STOP

GDYŻ ZAMIAST LASU I JEGO MIESZKAŃCÓW, NASTĘPNYM RAZEM ZASTANIESZ OPUSTOZALNE WYSPYSKO

"Mach nie dychaj nas nawet tygiel, na górze maści, by nie miał cię kto ukatyt się na górze" Dariusz Galwek

"Jeśli będzie któryś kto nie może się odnieść do lasu, to niech się odnieść do lasu" Piotr Kruczyński, Bartłomiej Galwek

ul. Bieszczadzka 2, 38-400 Krosno, tel. (13) 43 644 51, e-mail: rdlp@krosno.lasy.gov.pl, www.krosno.lasy.gov.pl

Las jest domem wielu zwierząt więc uszanuj brachu to Nie śmieć, nie krzycz, nie hałasuj, grzecznym w lesie musisz być One potrzebują ciszy by spokojnie mogły żyć.

**Kiedy w lesie spacerujesz to ścieżkami
idź równiutko,
tam się dobrze w mig poczujesz.
Roślin nie niszczy-żyją krótko.**



Grzyby zbieraj tylko znane,
to jest ważne niestęchanie,
grzyb trujący na kolację
wróży szpital nie wakacje.



Łosia, żubra, dzika, misia
każdy w lesie spotkać chce,
lecz z daleka je obserwuj
żeby nie widziały Cię.



Bo gdy blisko zbyt podejdziesz,
krzywdę mogą zrobić Ci
nie ze złości lecz ze strachu,
taka ich natura brachu



**Nigdy nie pal ognisk w lesie,
bo iskierkę wiatr poniesie.**



Jedna mała iskiereczka,
co polecie sobie w las,
sprawi, że on całkiem zniknie
gdy nie zareaguje nikt na czas.



Jeśli jednak widzisz pożar to strażaków
szybko wzywaj !



**Oni wiedzą, co z nim zrobić,
jak pokonać go i zgasić**



**Z poświęceniem, trudem, znojem,
będą walczyć z nim do skutku**



**Aż zwycięską wyjdą ręką
z takiej bitwy powolutku.**

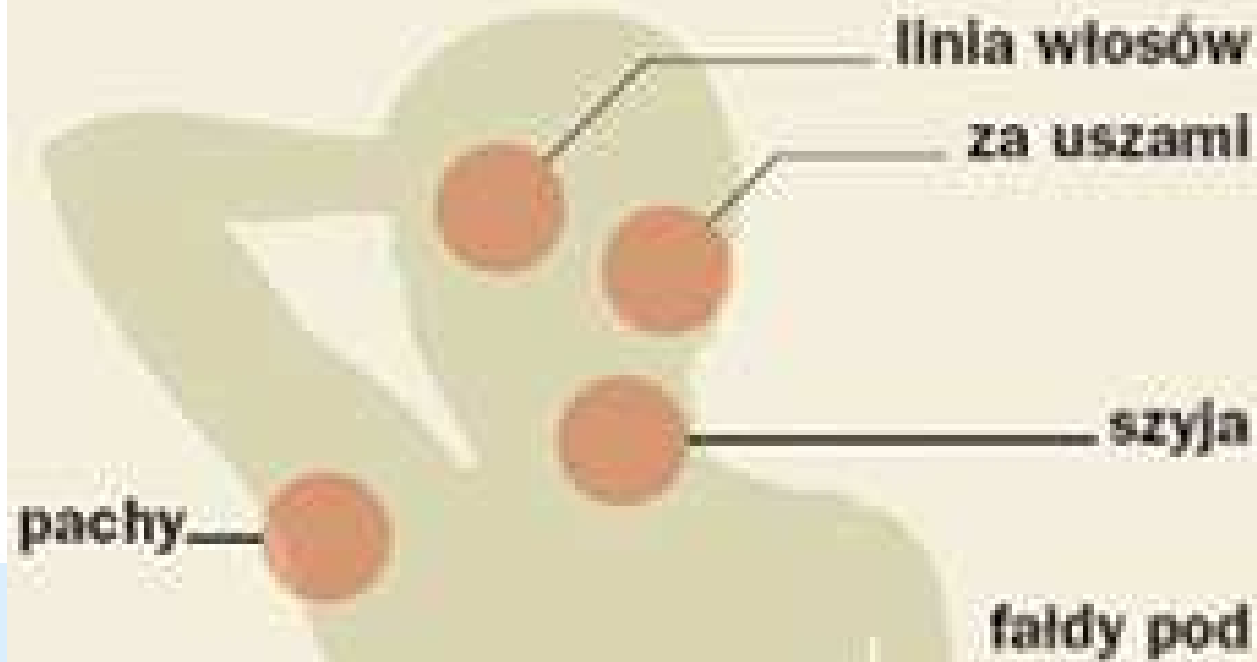


**Kiedy z lasu wrócisz na noc,
po cudownej swej wycieczce,
dobrze sprawdź czy z Tobą razem
kleszcz nie przyszedł na czapeczce.**



Pooglądaj się zaradnie, poproś mamę albo tatę, żeby włosy, szyję, pachy posprawdzali Ci dokładnie.

Miejsca na ciele, w które najchętniej wkluwają się kleszcze



Bo ten zwierzak choć malutki,
gdy ugryzie może przynieść zgubne skutki.



Gdy kolejny dzień już wstanie,
dzień gorący i upalny,
wybierz się mój podróżniku
leniuchować na ręczniku.



PRZED ROZPOCZĘCIEM KĄPIELI



◆ wykonaj kilka podstawowych ćwiczeń np. skłony, przysiady, pompki

PAMIĘTAJ !!!

W wodzie zanurzaj się stopniowo.
Nie skacz do wody.



◆ schłódź wodą twarz, kark oraz okolice klatki piersiowej

Basen, rzeka
i jezioro, ocean
lub morze,
wszędzie tam
gdzie woda zimna
krzywda stać się
Tobie może.

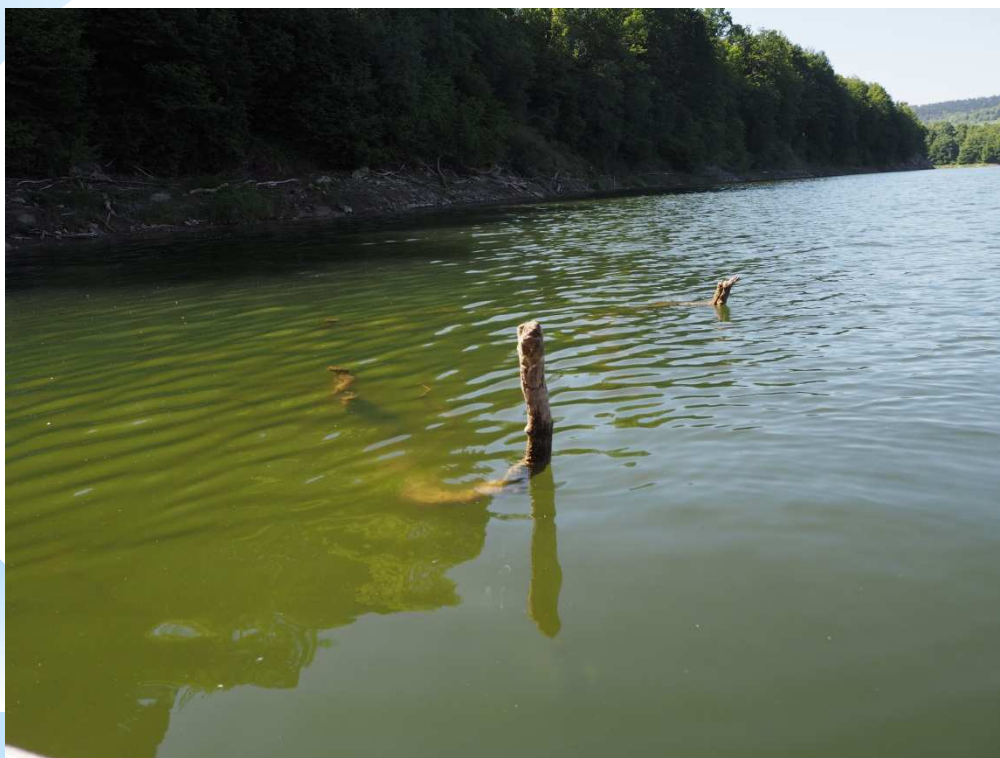
**Zapamiętaj jednak to:
By do wody wejść bezpiecznie zawsze
sprawdzaj jej głębokość
zanim wskoczysz niebezpiecznie.**



Skok na główkę przyjaciela można zrobić na basenie, kiedy widzisz, że pod wodą nie znajdują się kamienie.



Kiedy dna nie widać wcale, nie bądź
głupi nie skacz w fale,
guz na głowie i szwów para to
najłagodniejsza kara.



Gdy zbyt długo na ręczniku jak frytka
się smażyysz,
nim do wody wejdziesz śmiało
ochlap wodą swoje ciało.



Po jedzeniu też odczekaj nim
popływać pójdiesz w wodzie,
niech się w brzuszku Ci łoży,
co zjadłeś na głodzie.



Kiedy ruszyć chcesz do wody
dla zabawy czy przygody,
gdzie się bawisz powiedz wszystkim,
mamie, tacie oraz bliskim.



Kiedy znudzi Ci się woda,
bo za zimna, bo za mokra,
możesz wtedy plecak wziąć
i na górski szlak się piąć.



Żeby szczyt swój pierwszy zdobyć,
jeszcze tego lata, musisz wiedzieć
przyjacielu, jak zachować się na
szlakach.



Zanim zaczniesz swą wycieczkę to
pogodę sprawdź koniecznie.



**Burza w górach groźna sprawa
kończy wtedy się zabawa.**



**Zawsze buty weź wysokie,
co podeszwy mają twarde,
by kamienie, skalne progi
nie obtarły Twojej nogi.**



Idąc w góry weź telefon,
i naładuj go dokładnie,
szybka pomoc na gór szczycie
urатуje Twoje życie.



**Kiedy w góry ruszasz,
powiedz dokąd zmierzasz,
zawsze wtedy łatwiej
będzie Cię namierzać.**



Jeśli jednak w lecie pracować Ci przyjdzie, przy zbiorach, przy sianie czy trawy koszeniu pamiętaj koniecznie o ciągłym myśleniu.



**Kombajn, traktor czy kosiarka
te maszyny super są,
jednak bardzo niebezpieczne
gdy nie słuchasz choć troszeczkę!**





Co zagraża dzieciom na wsi

Prace, których
NIE WOLNO
powierzać dzieciom
poniżej 16 lat



Każda
z nich jest
niebezpieczna,
choć w gospodarstwie
bardzo konieczna,
Pamiętaj bierz za pas
nogi
i w porę ustępuj
im z drogi

Jak już wszystkie te zasady,
które usłyszałeś dziś,
na wakacjach zastosujesz
będziesz mały mistrz !



Ostatnią przestrożę teraz Wam damy,

„Nie trać głowy na wakacjach”

wracaj do nas my czekamy.

autor rymowanek aspirant Marcin Krówka

ORGANIZATORZY AKCJI:



PATRONAT:

DYREKTOR RDLP w KROŚNIE
KOMENDANT MIEJSKI POLICJI w KROŚNIE

WSPÓLORGANIZATORZY:



PARTNERZY:



projekt i druk: ruthenus.pl

Do zobaczenia po wakacjach 😊