

## Prázdniny...

Co si představíte pod slovem **PRÁZDNINY**?

Jako mamince mi probíhají hlavou slova dovolená, odpočinek, zábava, sluníčko, grilování, ale také hlídání, vaření, starost jak a čím zabavit děti, bezpečnost... A jako policejní preventistce? Bezpečně u vody, Na kole s přilbou, Řídím, piju nealko pivo, Zebra se za tebe nerozhlédne, Zabezpečte se. To jsou všechno preventivní projekty, které v tomto období policisté realizují. Za dětmi chodíme do škol a říkáme jim, na co by si měly o prázdninách dávat pozor, na co pamatovat, co je pro jejich bezpečnost důležité a také co by je mohlo ohrozit. Víte také Vy, rodiče, jak se chovat „bezpečně“?



Pojďme se tedy podívat na pár rad a doporučení, na co bychom neměli v období letních prázdnin zapomenout, na co myslet, když dítě necháme samotné doma nebo když jde s kamarády ven. Vezmeme to postupně.

## Dovolenáááá

Každý se rád pochlubí, sdílí své nadšení z blížící se dovolené, na kterou už se tak dlouho těší. Ale co je třeba všechno udělat, aby nás po návratu domů nečekalo nemilé překvapení?

- **nezveřejňujte** svůj odjezd na sociálních sítích (mohli byste dát informace zlodějům a ti by věděli, že je Váš byt nebo dům prázdný)
- dobře si **zabezpečte** Váš byt nebo dům
- uschovejte si cenné věci na bezpečné místo
- zkontrolujte, zda máte všechna okna a dveře dobře uzamčené
- pokud budete pryč delší dobu, požádejte dobré známé nebo členy rodiny, aby Vám vybírali schránku, vyvětrali. Budí to dojem, že byt nebo dům nezůstal opuštěný.



## Můžeme jet? Autem...

Než vyrazíte, zkontrolujte výbavu a technický stav Vašeho vozidla.

- **Dodržujte pravidla silničního provozu.** Předvídavost a ohleduplnost jsou základní doporučení, která Vám mohou pomoci dojet bezpečně do cíle.
- **Dodržujte pitný režim!** Aby se Vám za jízdy neudělalo nevolno a neohrozili byste tak sebe nebo ostatní účastníky silničního provozu.
- Při delších cestách dělejte **pravidelné přestávky** na občerstvení, odpočinek. Předejdete tak únavě nebo mikrosnátku.
- Pokud s Vámi cestují děti, je nezbytně nutné, aby vždy cestovaly v odpovídající **dětské autosedačce**.
- Při plánování delší cesty na dovolenou s dětmi bychom měli celý plán přizpůsobit právě jim. Zásadně bychom neměli jezdit delší dobu bez přestávky.



## Můžeme jet? Na kole...

Ať už děti vyrazí z domova pěšky nebo na kole, měly by znát **zásady bezpečného chování v silničním provozu** a měly by se orientovat v dopravních značkách, se kterými se cestou mohou setkat. Cyklista do 18 let je povinen mít na hlavě přilbu. Aby přilba splnila svůj účel, musí na hlavě držet pevně a neměla by sklouzávat v žádném směru. Tam, kde je vyznačena cyklistická stezka, používejte ji!

My dospělí bychom měli vždy včas zvážit, kde si mohou děti hrát co nejbezpečněji, bez kontaktu s běžným provozem. Dítě v zápalu vlastní činnosti obvykle reaguje zcela jinak, než bychom předpokládali od dospělého.



**Každý řidič by měl zpozornět, když v blízkosti silnice vidí děti. Čekejte nečekané!**

## Jdeme do vody?

Mnoho dětí vodu miluje! Voda však dokáže být velmi nebezpečná. Neznalost vodní plochy se může stát osudnou i pro dospělého člověka.

Je lepší navštívit koupaliště minimálně ve dvou. U menších dětí pak výhradně za **doprovodu dospělých**. Malé děti mějte u vody neustále na dohled. Vybavte je **plaveckými pomůckami**. Při koupání v domácím bazénu nebo na koupališti **nikdy nenechávejte děti bez dozoru!**

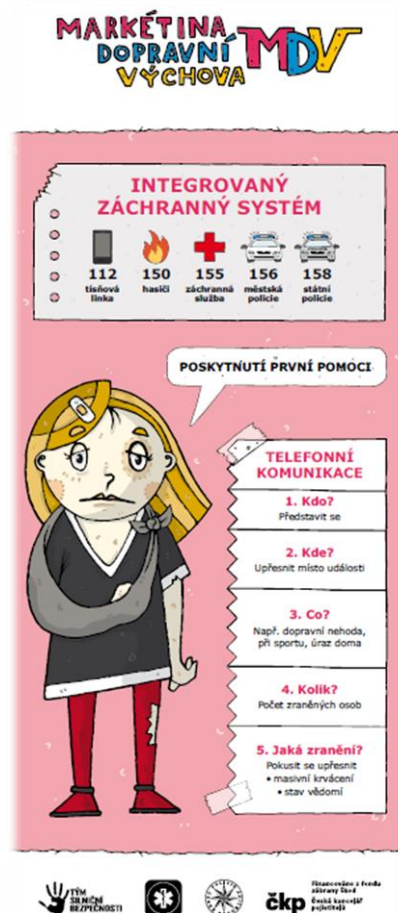


## Samo doma...

Pokud dítě zůstane samo, měli byste si určit pravidla, která budete se svým dítětem dodržovat.

- Rodiče by měli poučit své dítě o tom, že by nemělo do telefonu poskytovat informace o rodičích, o sobě, o tom, kdy se rodiče vrátí z práce, že je samo doma apod.
- Děti by neměly důvěřovat cizím osobám, které stojí za dveřmi. **Otevřít dveře, aniž bychom věděli, kdo za nimi stojí, je velmi riskantní.**
- Děti by si neměly vodit domů cizí děti, kamarády pouze se souhlasem rodičů.
- Klíče od bytu ani peněženku nenosit viditelně, nechlubit se penězi!
- Od cizích osob si nic nebrat, nesedat do auta, nikam s nimi nechodit.
- Když odchází dítě ven, mělo by sdělit rodičům kam a s kým jde a kdy se vrátí, nebo zavolat či zanechat písemný vzkaz.

Připomeňte svým dětem důležitá telefonní čísla. Tísňová linka **Policie ČR – 158**, **Hasičský záchranný sbor – 150**, **Zdravotnická záchranná služba – 155** nebo linka **112 – telefonní číslo na všechny tyto záchranné složky**



## ... u počítače

- Aby rodiče zajistili ochranu dětí v době, kdy tráví čas na internetu, mohou využít různých mobilních aplikací a s jejich pomocí blokovat nevhodný obsah nebo nastavit limit pro čas strávený u obrazovky.
- **Také v kyberprostoru se k ostatním chováme tak, jak bychom chtěli, aby se oni chovali k nám.**
- Učte děti vědomě posuzovat a vyhodnocovat informace, které se na internetu dozví. Je důležité vyhledávat ověřená fakta.
- Dítě musí vědět, že nesmí s nikým sdílet své intimní fotografie a videa, také že nemá odpovídat na neslušné, vulgární nebo hrubé e-maily nebo vzkazy.



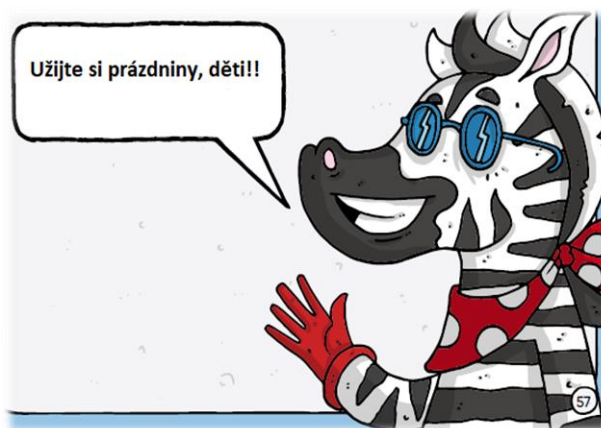
Poučte děti o tom, jak mají chránit své soukromí – nesdělovat svá telefonní čísla, rodná čísla, adresu bydliště, kde se pohybují či zda s rodiči odjíždí na dovolenou.

## Táborníci...

Není od věci, pokud někdo pořádá letní tábor pro děti, kontaktovat konkrétní osobu, znát přesnou adresu organizace a informovat se o předešlých aktivitách. Pak se můžou rodiče spolehnout, že jejich děti budou v dobré a profesionální péči.

Před odjezdem na tábor je dobré dítě poučit. Mělo by vědět, že na nebezpečné předměty jako injekční stříkačky, jehly a jiné nikdy nesmí sahat a má oznámit dospělému, že nějaký nebezpečný předmět našlo.

Pokud se dítě ztratí třeba při hře v lese, je dobré, aby zůstalo na jednom místě, lépe se pak dá dohledat.



**Děti! Dospělí! Dbejte na bezpečnost svou, svých blízkých, ale také ostatních. Ať si prázdniny užijete naplno!**

Krajské ředitelství policie Moravskoslezského kraje

oddělení prevence

nrap. Bc. Vladimíra Faferková

19. června 2023