

Dwudziestka News



*Szkolna gazetka SP nr 20
im. Orła Białego we Wrocławiu
nr 3/2019/2020
luty 2020 r.*



Najzyczliwszy Nauczyciel Roku

Pani Marta Baura jest polonistką, zawsze pomoże w potrzebie. Jest pogodna i zawsze ma rację. Pani Marta jest bardzo aktywna w sprawach szkolnych, na przykład przygotowuje różne akademie. Nie dziwimy się, że zagłosowało nam nią wielu uczniów. Ma dużą wiedzę polonistyczną. Można się do niej zwrócić w każdej sprawie. Podoba nam się styl, w jakim się ubiera. Uśmiech nigdy nie schodzi jej z twarzy. Potrafi się wprawdzie zdenerwować, ale zły humor szybko jej mija. Umie rozwiązywać nasze problemy, nawet te najbardziej osobiste. Jest świetną wychowawczynią. Wytrzymuje z nami już piąty rok. Motywuje nas do pracy i realizacji własnych marzeń. Jest częstym „gościem” w świetlicy i bardzo dobrze sobie radzi z młodszymi dziećmi.

Codziennie kontakty z Panią Martą sprawiają nam przyjemność.

Joanna Czernik, Julia Dubiel i Maja Siejko

Drodzy Czytelnicy wyjątkowego egzemplarza Dwudziestki News!

Zjawiam się w tym miejscu w związku z zaszczytnym tytułem Najzyczliwszego Nauczyciela, który otrzymałam od uczniów naszej szkoły.

Od razu na wstępie chciałabym serdecznie podziękować wszystkim moim podopiecznym, którzy przyczynili się do tego sukcesu. To ogromna radość i satysfakcja robić w życiu to, co się lubi, a jednocześnie móc być za to docenionym. Dlatego w tym miejscu dziękuję za tego motywacyjnego „kopniaka” i przesyłam morze serdeczności dla wszystkich czytelników! (:

Pamiętajcie, że nigdy nie ma złego wieku na marzenia!

To, że dzisiaj jestem w tym miejscu, w którym na co dzień możecie mnie spotkać, to wynikowa sytuacja, które miały miejsce, gdy miałam 9-10 lat. Już wtedy, sadząc swoje pluszaki przed prowizoryczną tablicą, którą była kartka papieru mocowana przy użyciu magnesów, wiedziałam, co chciałabym robić w życiu. Tak już zostało. Dlatego nie ma co lekceważyć dziecięcych planów, tego jestem pewna. Dziękując, życzę Wam, abyście również w ten sposób traktowali swoje marzenia! 😊

Z pozdrowieniami
Marta Baura



Praca logopedy

Nazywam się Joanna Kulik. W naszej szkole pełnię funkcję logopedy. Jestem również neurologopedą, terapeutą miofunkcyjnym, terapeutą metody „Dyna – Lingua M.S.”, terapeutą ręki i trenerem grafomotoryki.

Logopedia to wielka i obszerna nauka, która w ostatnim czasie bardzo szybko się rozwija.

Logopeda zajmuje się m.in.:

- oceną stanu rozwoju mowy
- profilaktyką logopedyczną
- terapią zaburzeń komunikacji (jąkanie, niedosłuch, autyzm, Zespół Aspergera)
- korygowaniem wad wymowy
- zwiększeniem sprawności całego aparatu artykulacyjnego: języka, warg, podniebienia, żuchwy, policzków)
- rehabilitacją mowy po wypadkach i urazach
- usuwaniem zaburzeń głosu czyli jego jakości: wysokości, głośności itd.
- usuwaniem trudności w czytaniu i pisaniu
- pacjentami po laryngektomii (usunięciu krtani)
- prowadzi zajęcia z higieny i emisji głosu dla aktorów, nauczycieli, prawników, dziennikarzy i innych.

Logopeda nie jest wyłącznie terapeutą dziecięcym. Pomaga także osobom dorosłym.

Neurologopeda to specjalista, który zajmuje się diagnozą i terapią dzieci oraz dorosłych z uszkodzeniami i dysfunkcjami układu nerwowego. Może pomóc:

- małym dzieciom na oddziałach
- osobom mającym problemy z jedzeniem lub tolerancją określonych konsystencji
- gdy dziecko nie mówi, a już powinno
- gdy dziecko jest z grupy ryzyka, tzn. ciąża nie przebiegała prawidłowo, jest wcześniakiem itd.
- gdy dziecko ma podejrzenie zaburzeń ze spektrum autyzmu, Zespół Aspergera czy afazję
- gdy podejrzewamy zaburzenia neurologiczne lub dziecko ma wady genetyczne, np. Zespół Downa, mózgowy porażenie itd.
- gdy ktoś jest po udarze, wylewie czy urazie mózgu.

Jest co robić!

Zdarzają się sytuacje, gdy logopeda/neurologopeda poprosi nas o konsultację z foniatrą, laryngologiem, ortodontą, fizjoterapeutą itd. Nie bagatelizujmy tego. Wiedzieliście o tym, że wady wymowy mogą mieć związek z wadami postawy lub płaskostopiem? A skrócone wędzidełko podjęzykowe może być przyczyną bólu głowy? Bez usunięcia medycznych przyczyn terapia często jest długa, żmudna i nie przynosi oczekiwanych rezultatów.

Aby zostać neurologopedą należy ukończyć kształcenie na wyższej uczelni na kierunku logopedia, a następnie kolejne: neurologopedię. Ale to nie koniec... Należy mieć gruntowną wiedzę z różnych dziedzin: językoznawstwa, psychologii, pedagogiki, medycyny czy też nauk o zdrowiu. Każda nauka się rozwija, odkrywane są nowe możliwości i rozwiązania. Dobrze jest za tym nadążać. Dlatego aby rzetelnie i profesjonalnie pomagać, powinno się nieustannie doskonalić swoje umiejętności i poszerzać horyzonty wiedzy. Dodatkowo nawiązane znajomości umożliwiają konsultacje z prowadzącymi szkolenia oraz specjalistami z całej Polski. Te doświadczenia bardzo sobie cenię i w razie ewentualnych wątpliwości czy też pytań zawsze wykorzystuję owe kontakty.

Ponieważ obserwuje się wzrost nieprawidłowości w rozwoju mowy, coraz więcej osób potrzebuje terapii logopedycznej lub neurologopedycznej. Im szybciej rozpocznie się terapię, tym lepiej. Z wiekiem nabywamy pewnych przyzwyczajeń (np. ułożenia języka) których zmiana zajmuje więcej czasu.

W swojej pracy szczególną wagę przykładam do indywidualnego dopasowania metod terapeutycznych do potrzeb i możliwości moich Pacjentów. Zależy mi, aby zajęcia były dla nich atrakcyjne – to sprawia, że chętniej podejmują wysiłek jaki jest niezbędny do uzyskania efektów. Często padają pytania o masaż logopedyczny. Osobiście bardzo lubię go wykonywać. Jego celem jest usprawnienie motoryki narządów artykulacyjnych, zwiększenie czucia ich ułożenia i koordynacji ruchów. Dodatkowo zmniejsza nadwrażliwość dotykową okolic ust, a także zapobiega nadmiernemu ślinieniu się. Jednak istnieją również przeciwwskazania do jego stosowania.

Pamiętajmy, że *terapia logopedyczna jest jak maraton, a nie sprint!* W większości przypadków nie widać natychmiastowej poprawy. Terapia wymaga od dziecka, rodzica i terapeuty olbrzymiego nakładu pracy, czasu oraz konsekwencji. To działania długotrwałe i mozolne, ale na końcu bardzo satysfakcjonujące dla każdej ze stron.

Tłumacząc obrazowo: jeśli przejdziemy po trawie raz, trawa się podniesie. Przechodząc po niej kilka razy dziennie przez dłuższy czas – wydeptamy ścieżkę. Tak samo jest w terapii. Jeśli wykonamy zadania tylko z logopedą w gabinecie - nie zmienimy zbyt wiele. Kontynuując zalecone ćwiczenia codziennie w domu – utrwalimy nowe, właściwe nawyki. W pewnym zagranicznym

medycznym artykule trafiłam na wzmiankę o tym, że naukowcy dowiedli, że aby utrwalić głoskę [r] w wyrazie *ryba*, należy powtórzyć go 500 x w różnych kontekstach! Sporo, prawda?

Czy praca logopedy jest męcząca? Zapewne jak każdy zawód, ale niesie za sobą mnóstwo radości z mniejszych i większych postępów Pacjentów. I tak za każdym razem!

Logopedia i neurologopedia to moja droga połączona pasją i zaangażowaniem w niesienie pomocy oraz zmian w życiu trafiających do mnie osób.

Korzystając z okazji zachęcam do śledzenia „Kącika Logopedycznego” na tablicy nr 14 na parterze :)

Wywiad z Panią Anną Wilkosz - nauczycielką biologii i tańca

K.D.: Dziękujemy za zgodę na przeprowadzenie wywiadu i od razu pierwsze pytanie. Od jak dawna pracuje Pani w naszej szkole i gdzie Pani wcześniej pracowała?

P.A.: W naszej szkole pracuję od 2017 roku, czyli 3 lata. Najpierw przez 10 lat pracowałam w gimnazjum, później w przedszkolu, a następnie byłam położną w szpitalu.

K.D.: Skąd wziął się pomysł na założenie zespołu tanecznego?

P.A.: Sama kiedyś tańczyłam w zespole, później w ośrodku kultury uczyłam dzieci i młodzież tańca, a teraz postanowiłam podzielić się swoją pasją z uczniami.

K.D.: Słyszeliśmy, że ma Pani przygotowanie do prowadzenia zajęć tanecznych. Czy może nam Pani o tym opowiedzieć?

P.A.: Tak. Skończyłam studia podyplomowe na Uniwersytecie AWF w Poznaniu na kierunku formy gimnastyczno-tanecznej i fitness.

K.D.: Czy sama Pani wymyśla choreografię do układów?

P.A.: Raczej tak. Chociaż czasem szukam inspiracji w teledyskach, programach i na warsztatach tanecznych.

K.D.: Jak duże są grupy prowadzone przez Panią i czy wymagają wielogodzinnych ćwiczeń?

P.A.: Drugie klasy- 30 osób

trzecie klasy-25 osób

szóste klasy- 23 osoby

siódme klasy-12 osób.

Mamy zajęcia raz w tygodniu, ale jeśli przygotowujemy się do występu, spotykamy się częściej.

K.D.: Jakie jest Pani zdanie na temat wolontariatu szkolnego i dlaczego zajęła się Pani nim w tej szkole?

P.A.: Uważam, że jeśli jest szczytny cel to warto pomagać ludziom. Chciałam zaangażować uczniów w działalność charytatywną, żeby uczulić ich na cudzą krzywdę.

K.D.: Jest Pani wychowawcą klasy 6b. Czy miała Pani śmieszna sytuację związaną z tą klasą?

P.A.: Nie wiem czy taką śmieszna. Jedna z nich miała miejsce na pierwszej zielonej szkole. Jeden z moich uczniów zorganizował imprezę, na którą zaprosił Panię nauczycielki, a ja ich nie mogłam znaleźć. Druga sytuacja wydarzyła się też na zielonej szkole, gdy z moją drużyną zgubiłam się podczas zabaw terenowych.

K.D.: Ze znanych nam źródeł wiemy, że w tej szkole uczy Pani mąż. Czy to jest dobry układ?

P.A.: Dobry, bo ja się z nim nie widzę przez cały dzień, ale przynajmniej mamy w domu podobne tematy.

K.D.: Co jest Pani największą pasją: biologia, taniec czy coś innego?

P.A.: Moją największą pasją jest taniec, z którym miałam do czynienia od małości, ale ex aequo z nim pierwsze miejsce to biologia.

K.D.: To już koniec wywiadu. Dziękujemy i życzymy miłego dnia.



Opowiadanie

Martyna Mikiewicz 5D

Po przybyciu do Troi i zdobyciu kryształu nagle Lilly i Magnus przeniesli się na piaszczysty brzeg Morza Jonńskiego. Byli bardzo zaskoczeni. Kompletnie nie wiedzieli co mają zrobić. Postanowili więc iść wzdłuż brzegu. Gdy tak mijali kolejne kilometry napotkali kapitana z ostem. Kiedy kapitan ich zauważył podszedł do nich i podarował im swoje zwierzę. Dzieci wsiadły na osta i udaly się w dalszą podróż. Po długiej wędrówce Lilly i Magnus zauważyli ztniejszy. Udało się im schować na wydmach. Wtedy wszystko było już jasne. Złiziała się wojna Trojańska. Dzieci uciekły w głąb lasu. Po drodze spotkały kupca handlującego go dzbanami i wyrobami z metalu. Ten gdy ich zauważył podarował im dwa małe sztylety do obrony. Lilly i Magnus pojechali dalej. Dalej natrafili na pasterzy, którzy wypasali owce. Pasterze ich nakarmili i napojili. Jeden z nich postanowił dać dzieciom konia. Jednak nie wiedziaty jak go prowadzić. Koni biegł przed siebie. Nagle zwierzę się zatrzymało. Tym razem trafili na rolnika zbierającego oliwki. Miał ogromne szereście. Rolnik ostrzegł ich przed wojną i powiedział, że nie są bezpieczni. Kazał im jechać do najbliższego miasta i znaleźć Jakuma, czyli wielkiego czarodzieja, który im pomoże. Rolnik dał im nową mapę, która prowadziła do chaty czarodzieja. Droga nie była łatwa. Okazało się, że muszą przepłynąć ogromną rzekę, ominąć Zabrą Górę i na koniec wspiąć się na klif. To była jedyna droga do Jakuma. Lilly i Magnus rozpoczęli swoją podróż. Dotarli do rzeki. Na mostku była dziwna mata dziewczynka. Pusiłi konia wolno i do niej podszli. Była to Helena. Powiedziała, że również chce się dostać do czarodzieja, ale nie umie sterować łódką, która stała przy brzegu. Dzieci jej pomogły. Wszyscy wsiadli na łódź. Lilly obmyślała plan podróży.

Magnus sterował, a Helena ciągle trzymała rękę w wodzie. Lilly nie była z tego zadowolona. Ciągle się jej przyglądała. Nowa była cicha, matowata i ciągle coś mruczata pod nosem. Dla Lilly wydawała się bardzo podejrzana. Nagle łódka zaczęła się przechylać. O co chodzi? Przecież mamy słoneczny dzień! Przyszły ogromne fale. Było bardzo ciężko, ale na szczęście udało im się dotrzeć do brzegu. Była to sprawka Heleny, ale nikt o tym nie wiedział. Zrobili to, aby nie dotarli do Jakuma. Następny przeszkodził im Złoty Góra pokonali tawny i Helena nie zdołała przeszkodzić im w podróży. Na klifie było gorzej. Helena zryła lawinę. Jednak i one nie zdołały zatrzymać Lilly i Magnusa. Helena była zła, że jej czary nie działają, a jej znajomi dotarli na miejsce. Helenie nie pozostało nic innego jak uciec. Lilly i Magnus od razu znaleźli Jakuma. Ten wiedział po co do niego przyszli. Podszedł do dzieci, dotknął kryształu i rzekł: "Wrota czasu otworzą się".

Po tych słowach dzieci znalazły się w piwnicy, gdzie czekał na nich Albert.

Tak piszą uczniowie klas piątych...

Olga Tokarczuk Zagubiona dusza.

Był sobie raz pewien człowiek, który bardzo dużo i bardzo szybko pracował i już dawno zostawił swoją duszę gdzieś daleko za sobą. Bez duszy żyło mu się nawet dobrze – spał, jadł, pracował, prowadził samochód, a nawet grał w tenisa. Czasem jednak miał wrażenie, że wokół niego stało się płasko, jakby poruszała się po gładkiej kartce z zeszytu do matematyki, kartce, którą pokrywają równiutkie i wszechobecne kratki.

Pewnego razu, podczas jednej z licznych podróży, w pokoju hotelowym, ów człowiek obudził się w środku nocy i poczuł, że nie ma czym oddychać. Wyrzął przez okno, ale nie bardzo wiedział, w jakim mieście się znajduje, przecież z okien hoteli wszystkie miasta wyglądają tak samo. Nie bardzo też wiedział, jak się tu znalazł ani po co tu przyjechał. I – niestety – zapomniał też, jak ma na imię. Dziwne to było uczucie, bo nie miał pojęcia, jak się ma do siebie zwrócić. Zatem po prostu milczał. Cały ranek nie odzywał się do siebie i wtedy poczuł się naprawdę bardzo samotny – tak, jakby wewnątrz jego ciała nie było już nikogo. Gdy stanął przed lustrem w łazience, widział siebie jako rozmytą smugę. Przez chwilę wydawało mu się, że nazywa się Andrzej, ale zaraz potem był pewien, że Marian. W końcu, przerażony, odszukał na dnie walizki paszport i ujrzał, że ma na imię Jan.

Następnego dnia udał się do pewnej starej i mądrej lekarki, a ta rzekła mu następujące słowa:

– Gdyby ktoś umiał spojrzeć na nas z góry, zobaczyłby, że świat jest pełen ludzi biegających w pośpiechu, spoconych i bardzo zmęczonych, oraz ich spóźnionych, pogubionych dusz, które nie mogą nadążyć za swoimi właścicielami. Robi się z tego wielkie zamieszanie, dusze tracą głowę, a ludzie przestają mieć serce. Dusze wiedzą, że zgubiły swojego właściciela, lecz ludzie często w ogóle nie zdają sobie sprawy, że zgubili własną duszę.

Jana bardzo zaniepokoiła taka diagnoza.

– Jak to możliwe? Czy ja też zgubiłem własną duszę? – zapytał.

Mądra lekarka odpowiedziała:

– Dzieje się tak dlatego, że prędkość poruszania się dusz jest dużo mniejsza niż ciał. Powstały one bowiem w najbardziej zamierzczłych czasach, tuż po Wielkim Wybuchu, kiedy kosmos jeszcze się tak bardzo nie rozpędził, przez co mógł się wciąż przejrzeć w lusterku. Musi pan znaleźć sobie jakieś swoje miejsce, usiąść tam spokojnie i poczekać na swoją duszę. Zapewne jest teraz tam, gdzie pan był dwa, trzy lata temu. Czekanie może więc trochę potrwać. Innego lekarstwa dla pana nie widzę.

Tak też zrobił ów człowiek o imieniu Jan. Znalazł sobie mały domek na skraju miasta i tam codziennie siadał na krześle i czekał. Nic innego nie robił. Trwało to wiele dni, tygodni i miesięcy. Janowi wyrosły długie włosy, a broda sięgała mu aż do pasa.

Aż pewnego popołudnia ktoś zapukał do drzwi i stanęła w nich jego zagubiona dusza – zmęczona, brudna i podrapana.

– Nareszcie! – powiedziała zdyszana.

Odtąd żyli sobie długo i szczęśliwie, a Jan bardzo uważał, żeby nie robić nic szybciej, niżby mogła nadążyć za tym jego dusza. Uczynił też jeszcze jedną rzecz – zakopał w ogródku wszystkie swoje zegarki i walizki podróżne. Z zegarków wyrosły piękne kwiaty podobne do dzwonków, w różnych kolorach, walizki zaś wykiełkowały w potężne dynie, którymi Jan żywił się w ciągu wszystkich następných spokojnych zim.



Legendy wrocławskie



Pomiędzy fosą miejską a placem Muzealnym, wśród ogrodów mieszczańskich Wrocławia znajdował się Mysi Staw. Jak głosi legenda, ilekroć miasto miało spotkać jakieś nieszczęście, wody te zabarwiały się na czerwono.

Pewnego razu gdy we Wrocławiu zapanował straszliwy głód, mieszczanie postanowili wybrać się do biskupa z prośbą o jedzenie. Kiedy przybyli do biskupa, zostali mocno rozczarowani, ponieważ zamiast jedzenia usłyszeli tylko puste i bezduszne słowa. Biskup krzyczał: „Czy wyzdychały już we Wrocławiu wszystkie myszy i szczury? To przecież w sam raz pożywienie dla takich nędzarzy jak wy!”.

Jakież było zdziwienie kaptana, kiedy to nagle ze stawu wypłynęło całe stado myszy i szczurów, które pożarły biskupa i jego świtę. Od tego czasu staw ten nazywano Mysim Stawem.

Daria Domagała

DZIEWIĘĆ CÓREK

Pewna uboga wdowa miała dziewięć córek. Musiała bardzo ciężko pracować, aby utrzymać rodzinę. Córki jednak, nawet wówczas, gdy stały się dorosłe, nigdy nie pomagały matce. Hulały tylko i tańczyły.

Biedna matka rozpieszczała je, dlatego nie zwracała uwagi na ich wybryki, zawsze sama wszystko za nie robiła. W ten sposób panienki nie widziały żadnych przeszkód, by balować.

Pewnego razu, a działo się to w Wielki Piątek, kiedy dziewczyny wybierały się na zabawę, matka zabroniła im tego stanowczo, chcąc spędzić spokojnie czas z córkami. Doszło do sprzeczki, w wyniku której panny zostały zamknięte w pokoju.

Niestety, jako że dziewczyny przyzwyczajone były do przyjęć, spuściły się po sznurze przez otwarte okno – był to pomysł najmłodszej z nich. Kiedy zeszyły, zerwał się silny wiatr, który sprawił, że siostry natychmiast skamieniały.

I odtąd stały tam do momentu wyburzenia kamienicy.

KOŃSKIE ŁBY

Przy ulicy Szewskiej stał dom o nazwie „Pod Złotym Aniołem”. Był ozdobiony szeregiem końskich głów. Cały parter był przeznaczony na stajnie. Mieszkał w nim bogaty mężczyzna ze swoją żoną.

Pewnego dnia żona bogacza zmarła, więc pochował ją w rodzinnym grobowcu. Okazało się, że kobieta nie zmarła, lecz była w letargu. Udało jej się jednak wyjść z grobu. Podeszła do drzwi i zapukała, lecz jej mąż nie uwierzył, że żyje, więc powiedział: „Przecież moja żona nie żyje. To jest tak samo niemożliwe, jakby moje konie wyszły ze stajni, aż na poddasze domu”.

Nagle usłyszał stukot końskich kopyt, wchodzących schodami coraz wyżej, aż na poddasze, gdzie ustawiły się rzędem, wystawiając głowy przez okienka.

Mieszczanin uradowany wziął swoją żonę do domu, a na pamiątkę ozdobił swój dom końskimi głowami.

M.R.

O BRAMCE KLUSZCZANEJ

Pewien poczciwy wieśniak był strasznym łasuchem. Kochał jeść kluski śląskie, które nikt nie umiał przyrządzać tak dobrze jak jego żona. Niestety nagle zmarła i chłop pograżył się w rozpacz, dlatego że była towarzyszką jego życia i żałował, że nie zje jej klusek.

Pewnego dnia gospodarz przyjechał na targ do Wrocławia. Przechodził obok Katedry, usiadł na kamieniu naprzeciw bramki przy kościele Św. Idziego i zasnął. Śniło mu się niebo, w którym wszyscy się cieszyli. Nagle pojawiła mu się żona. Siedziała w ciemnym kąciuku i poprosiła, aby jej nie opłakiwał, bo przez to nie może być szczęśliwa. Chłop się obudził i zobaczył przed sobą koszyczek, w którym znajdowały się jego ulubione przysmaki. Były tak dobre, jakby zrobiła je żona. Niewiele myśląc zabrał się do jedzenia, ale postanowił zostawić jedną kluskę na pamiątkę tego zdarzenia. Gdy zjadł już większość zdecydował się zjeść ostatnią kluskę, otworzył usta, a ona uciekła mu z łyżki, uniosła się w górę i przyległa do bramy.

Bezpieczne ferie

Ferie zimowe to dla dzieci i młodzieży wymarzony czas zabaw na śniegu i lodzie. Aby jednak przebiegły one szczęśliwie i wszyscy wypoczęci wrócili do swych domów, należy pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa, obowiązujących tak podczas zorganizowanych wyjazdów zimowych, jak i spędzania tego czasu w miejscu zamieszkania:

Zabawa na śniegu, zjazdy z góry, jazda na nartach czy łyżwach oraz inne szaleństwa na śniegu mogą sprawić wiele radości i wzmocnić naszą kondycję fizyczną. Pamiętaj jednak, że podstawą, jak zwykle, jest zdrowy rozsądek i ostrożność!

- Wychodząc bawić się na powietrze, ubieraj się stosownie do pogody, tak, aby nadmiernie nie wychłodzić swojego organizmu. Idąc na górkę, czy dłuższy spacer w zimowej aurze warto się zaopatrzyć w ciepły napój w termosie;
- Do zabaw na śniegu, zjazdów na sankach wybieraj miejsca bezpieczne, z dala od ruchliwych ulic, skrzyżowań i ciągów komunikacyjnych. Pamiętaj, że zimą znacznie wydłuża się droga hamowania pojazdów, więc zachowaj szczególną ostrożność będąc w pobliżu jezdni;
- Najlepiej przed rozpoczęciem zabawy na górze obejrzyj trasę zjazdu, usuń z niej niebezpieczne przedmioty, takie jak kamienie, gałęzie drzew;
- Dostosuj się do kierunku ruchu obowiązującego na trasie zjazdu, nie przechodź w poprzek toru;
- Ważny dla Twojego bezpieczeństwa jest też stan techniczny sanek, czy innych przedmiotów, na których

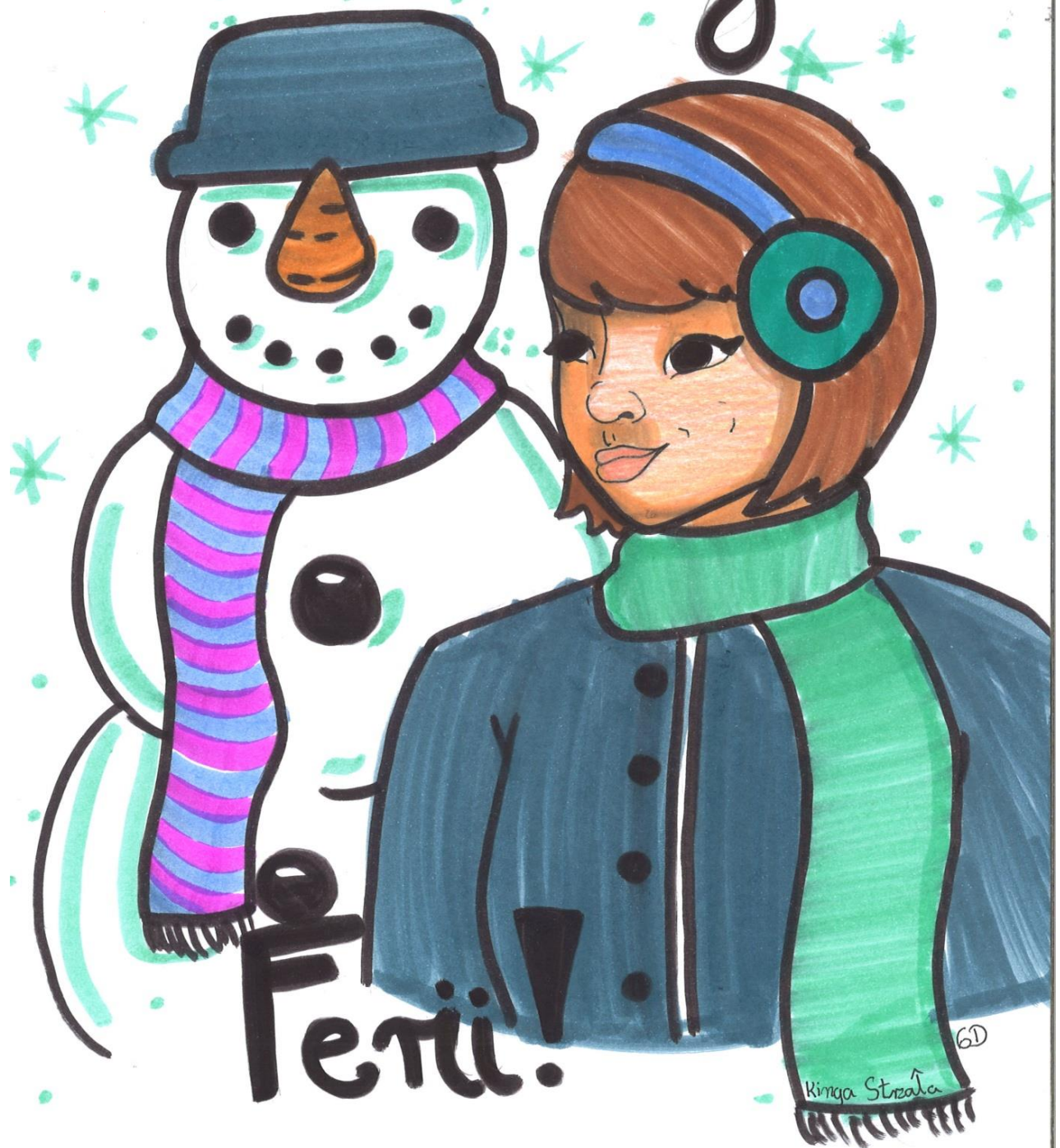
zjeżdżasz. Złamane szczelki, wystające śruby lub gwoździe to poważne ryzyko wyrządzenia sobie krzywdy;

- Nie ślizgaj się na chodnikach i przejściach dla pieszych, gdyż wyslizgana nawierzchnia stanowi ryzyko złamań kończyn dla innych osób;
- Nie rzucaj w jadące pojazdy śnieżkami, gdyż takie zachowanie może być przyczyną kolizji lub wypadku drogowego;
- Nie rzucaj w kolegów śnieżkami z ubitego śniegu lub z twardymi przedmiotami w środku, gdyż może doprowadzić to do obrażeń ciała;
- Korzystaj wyłącznie ze specjalnie przygotowanych lodowisk. Pod żadnym pozorem nie wchodź na lód zamrożonych zbiorników wodnych, jezior, kanałów, stawów, itp. Pozornie tylko gruby lód może w każdej chwili załamać się pod Twoim ciężarem;
- Kulig organizuj wyłącznie pod nadzorem osób dorosłych; sanki łącz grubą, wytrzymałą liną, aby nie odczepiły się podczas jazdy;
- Nie dołączaj sanek do samochodu, gdyż może się to skończyć tragicznie;
- Podczas zabaw na śniegu i lodowisku pilnuj swoich wartościowych przedmiotów. Jeśli to możliwe portfel lub telefon komórkowy oddaj do depozytu lub pod opiekę zaufanej osobie.

Tylko umiar, zdrowy rozsądek i ostrożność pozwolą Ci cieszyć się zimową aurą oraz spędzić ferie zimowe bezpiecznie.

Źródło: <http://www.policja.pl/pol/kgp/biuro-prewencji/aktualnosci/50036,Bezpieczenstwo-podczas-ferii-zimowych.html>

Radosnych



Opieka redakcyjna: Małgorzata Kafel i Renata Umławska-Przybyło