

PAŃSTWOWY POWIATOWY INSPEKTOR SANITARNY W RYBNIKU

44-200 Rybnik ul. Kapitana Leopolda Janiego 1

☎ 324224009, email: psse.rybnik@sanepid.gov.pl

<https://www.gov.pl/web/psse-rybnik>

Rybnik, 2025-06-24 r.

PZ.9011.16.2025

Szanowni Państwo!

Kilka dni dzieli nas od wakacji. Jak wiemy jest to szczególny czas kiedy z rodzinami wyjeżdżamy na urlopy. Niestety wiele z naszych pociech pozostaje również w miejscu zamieszkania. Towarzyszące wypoczynkowi odprężenie czy to w domu czy poza nim sprawia jednak, że często zapominamy o podstawowych zasadach bezpieczeństwa oraz zapewnieniu dzieciom właściwej opieki.

Chcąc ograniczyć zagrożenie warto wykorzystać każdą sposobność by przypomnieć, zarówno dzieciom jak i ich opiekunom - kilka zasad bezpieczeństwa. W związku z tym proszę Państwa o podjęcie stosownych działań edukacyjno-informacyjnych w tych ostatnich chwilach w szkolnych murach.

Zabawa oraz miejsca wypoczynku, szczególnie tych najmłodszych pociech powinna odbywać się w miejscach do tego przeznaczonych i pod opieką dorosłych, szczególnie dotyczy to wypoczynku nad akwenami wodnymi. Przestrzegajmy również dzieci przed kontaktami z niebezpiecznymi zwierzętami, które choć miłe i spokojne mogą być niebezpieczne. Ważne jest uświadomienie dzieciom, zagrożeń płynących z korzystania z urządzeń domowych, urządzeń ekranowych lub kontaktów z nieznanymi. Dzieci muszą wiedzieć, do kogo mogą zgłosić się o pomoc, w przypadku zaistnienia niebezpieczeństwa.

Podstawowe zasady higieniczno-zdrowotne również obowiązują w czasie wakacji. Szczególną uwagę zwracamy na prawidłowe przechowywanie żywności, szczególnie tej wymagającej zachowania ciągu chłodniczego. Ponadto podstawowe zasady higieny jak mycie pożywienia oraz rąk przed posiłkami, po skorzystaniu z toalety są niezbędne. Nie zapominajmy także o tym, jak wiele zależy od nas samych. Zapięcie pasów bezpieczeństwa, stosowanie odpowiednich urządzeń do przewozu dzieci, respektowanie ograniczeń prędkości i wreszcie trzeźwość kierowców to czynniki, które w znacznym stopniu niwelują ryzyko doznania ciężkich obrażeń ciała, a nawet śmierci.

I na koniec profilaktyka środków psychoaktywnych! Alkohol, wyroby tytoniowe, nowe narkotyki czy inne środki nieznanego pochodzenia to nie zabawa. Niestety okres wakacyjny to czas kiedy nasi najmłodsi ale również i dorośli pozwalają sobie w chwili beztroski, na decyzje, które mogą zmienić ich późniejsze całe życie. Podkreślmy stanowczo, że życie jest warte tego, aby przeżyć je w zdrowiu i trzeźwości, tak by cieszyć się nim w pełni.

Mam nadzieję, że tych kilka podstawowych rad przypomniało Państwu jak ważne jest bezpieczeństwo. Życzę udanych wakacji, miło i bezpiecznie spędzonych zarówno na urloпах, jak i w miejscach zamieszkania. Pod linkiem <https://www.gov.pl/web/psse-rybnik/bezpieczne-wakacje-2025> można pobrać materiały informacyjno-edukacyjne do ewentualnego wykorzystania. Zachęcamy również do zapoznania się z kampaniami edukacyjnymi dot. profilaktyki UV, chorób odkleszczowych, bezpiecznego grzybobrania i wielu innych.

dr inż. Michał Dudek

Państwowy Powiatowy Inspektor

Sanitarny w Rybniku

2025-06-24

/dokument podpisany elektronicznie/