



20-01-2025

Ferie to czas, na który czekają wszyscy – zarówno dzieci, jak i rodzice! To idealna okazja, by na chwilę oderwać się od codziennych obowiązków, odpocząć i naładować baterie na resztę zimy.

Zimowe wakacje to także szansa na spędzenie czasu w gronie rówieśników, rozwijanie pasji oraz odpoczynek w aktywnej atmosferze.

Z tej okazji, Skwierzyński Ośrodek Kultury oraz Ośrodek Sportu i Rekreacji zadbał o to by dzieci nie nudziły się w domach. Dzięki różnorodnym warsztatom, uczniowie będą mieli okazję rozwijać swoje talenty, wziąć udział w zajęciach plastycznych, edukacyjnych jak i sportowych. To doskonała okazja, by twórczo spędzić zimowy czas, poznać nowe pasje i rozwijać kreatywność!

Wszystkie zajęcia zostały starannie zaplanowane, by zapewnić uczestnikom radość, bezpieczeństwo i niezapomniane wspomnienia.

Przypominamy, że bezpieczne ferie to przede wszystkim odpowiednie przygotowanie, dbanie o zdrowie oraz przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, zarówno podczas zimowych aktywności, jak i w codziennych sytuacjach.

- Ubieraj się ciepło, szczególnie na stokach, pamiętaj o warstwach, rękawicach, czapce i szalikach. Ważne jest także obuwie dostosowane do warunków (np. antypoślizgowe).
- Jeśli jeździsz na nartach lub snowboardzie, zawsze używaj kasku i ochraniaczy. Warto także skorzystać z lekcji u instruktora, aby uniknąć kontuzji. Pamiętaj o przestrzeganiu zasad na stoku.
- Podczas zabaw na świeżym powietrzu (sanki, łyżwy) wybieraj bezpieczne miejsca. Unikaj zjazdów w nieprzewidywalnych miejscach, a na lodowisku sprawdzaj stan techniczny sprzętu.
- Dzieci powinny być pod stałą opieką dorosłych, szczególnie w miejscach o dużym ruchu. Zadbaj o ich bezpieczeństwo na świeżym powietrzu.
- Zadbaj o odpowiednie nawodnienie, spożywaj zdrowe posiłki i pamiętaj o ochronie przed zimnem i słońcem, zwłaszcza w górach.
- Zachowuj ostrożność na drogach, szczególnie w zimowych warunkach. Dbaj o widoczność (odblaski, jasne ubrania) i zachowaj ostrożność przy pieszych wędrownikach.

Życzymy udanych i bezpiecznych ferii!

- [Udostępnij: Facebook](#)
- [Udostępnij: X](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[Wszystkie aktualności](#)