



PANORAMA

W tym numerze:

Złota Odznaka

Dzień Matki i Dzień Ojca - ciekawostki

Światowy Dzień Savoir-Vivre

Bezpieczne wakacje



ZŁOTA ODZNAKA

JULIA KONARZEWSKA

ZŁOTA
ODZNAKA
PAŁACU
MŁODZIEŻY

INSTRUKTOR:
KONRAD KASJANIUK



PRACOWNIA
PŁYWANIA
I SKOKÓW DO WODY

Uczęszczam do pałacu 12 lat (od 6 roku życia), zdolności: pływanie, akrobatyka, skoki do wody, balet. Bardzo dużo osób poznałam przez te lata uczęszczania na różne zajęcia i niektóre znajomości utrzymują się do dziś.

Chciałabym po maturze pracować jako kadra na turnusach w Pieczarkach, w najbliższej przyszłości.

Do Pałacu Młodzieży uczęszczam od 7 roku życia, w tym czasie chodziłam na wiele zajęć z różnych pracowni. Każda z nich dała mi inną wiedzę i umiejętności.

Projekt na Złotą Odznakę związany był jednak z pracownią Ratownictwa Wodnego. Dzięki tym zajęciom zdobyłam przydatną wiedzę w zakresie pierwszej pomocy oraz ratownictwa wodnego. Nauczyłam się jak reagować w sytuacjach zagrożenia zdrowia oraz jak pomagać innym. Dodatkowo na zajęciach doskonaliłam swoje umiejętności pływackie zarówno na pływalni jak i na wodach otwartych podczas organizowanych wyjazdów.

WERONIKA KOPER

ZŁOTA
ODZNAKA
PAŁACU
MŁODZIEŻY

INSTRUKTOR:
KONRAD KASJANIUK



PRACOWNIA
PŁYWANIA
I SKOKÓW DO WODY



Dzięki Pałacowi Młodzieży zdobyłam wiele przyjaźni, miłość oraz ludzi którzy stali się dla mnie jak druga rodzina. Czas spędzony w Pałacu będzie miał ogromny wpływ na moją przyszłość, dzięki zajęciom z ratownictwa wodnego odkryłam i rozwinęłam pasję, która jednocześnie jest przydatną w życiu umiejętnością. Moje plany wiąże również z samym Pałacem, aby wrócić jako ratownik na pływalnię albo instruktor społeczny i dzielić się swoją wiedzą zdobytą na zajęciach z ratownictwa.



ZUZANNA KONARZEWSKA

ZŁOTA
ODZNAKA
PAŁACU
MŁODZIEŻY

INSTRUKTOR:
KONRAD KASJANIUK



PRACOWNIA
PŁYWANIA
I SKOKÓW DO WODY

Do Pałacu Młodzieży uczęszczam od najmłodszych lat. Zaczynałam na zajęciach z gimnastyki sportowej przez gimnastykę artystyczną kończąc na pływaniu i ratownictwie wodnym. Chodziłam też na rozmaite zajęcia plastyczne. Przez te wszystkie lata nauczyłam się w Pałacu Młodzieży wytrwałości, sumienności oraz pozwoliło mi to spełniać marzenia i rozwijać się.

Od 2020 roku chodzę na zajęcia z ratownictwa wodnego, na których nauczyłam się wiele przydatnych umiejętności i poznałam niesamowitych ludzi, z którymi wspólnie staramy się osiągać cele dzięki współpracy oraz przyjaźni. Uważam że czas spędzony w Pałacu już ma i będzie miał wpływ na moją przyszłość. W tym roku planuję zdobyć uprawnienia ratownicze, co pozwoliłoby mi aktywnie uczestniczyć w życiu Pałacu Młodzieży.



Do Pałacu Młodzieży zapisany jestem od 2015 roku. W tym czasie uczęszczałem na wiele zajęć z różnych pracowni. Każda z nich dała mi inną wiedzę i umiejętności. Pływalnia dała mi możliwość poznania dyscypliny jaką są skoki do wody oraz podnieść umiejętności pływackie. Pracownia Modelarstwa wzmocniła moje zdolności kreatywne i manualne. Pracownia Informatyki rozwija moje zainteresowania matematyką i informatyką. Swoje hobby rozwijam również w pracowni Żeglarstwa, gdzie przygotowuję się do zdobycia patentu żeglarza jachtowego.

Projekt na Złotą Odznakę związany był jednak z pracownią Ratownictwa Wodnego. Dzięki tym zajęciom zdobyłem ciekawą i przydatną wiedzę w zakresie pierwszej pomocy oraz ratownictwa szczególnie wodnego.

Nauczyłem się jak reagować w sytuacjach zagrożenia bezpieczeństwa i zdrowia oraz jak pomagać innym. Dodatkowo na zajęciach doskonaliłem swoje umiejętności pływackie zarówno na pływalni jak i na wodach otwartych podczas organizowanych wyjazdów.

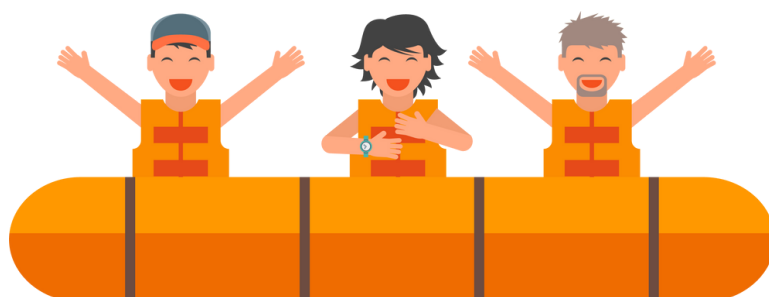
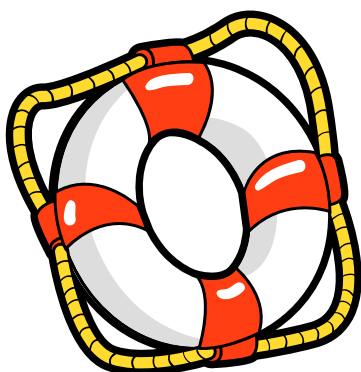
Dzięki Pałacowi Młodzieży zdobyłem wiele przyjaciół oraz ludzi, którzy stali się dla mnie jak druga rodzina. Moje plany wiąże również z samym Pałacem, aby kontynuować swoją przygodę w PM jako funkcyjny na obozach letnich, czy instruktor społeczny w pracowni aby dalej się rozwijać i dzielić się swoją wiedzą zdobytą na zajęciach Pałacu Młodzieży

Do Pałacu chodzę od kilku lat. Zaczynałam na zajęciach z języka hiszpańskiego, potem zaczęłam chodzić dodatkowo na pływanie, kulturystykę, a od trzech lat na ratownictwo wodne. Na zajęciach nauczyłam się wielu przydatnych mi umiejętności. Podszkoliłam swoje umiejętności językowe, a także sportowe. W Pałacu zawarłam dużo przyjaźni, są to ważne dla mnie relacje trwające po kilka lat i stale się rozwijające. W trakcie wyjazdów do Pieczarek nauczyłam się pokonywać swoje słabości i lęki. Zajęcia z ratownictwa wodnego nauczyły mnie spokoju w stresujących sytuacjach, a także tego, że nie ma rzeczy niemożliwych.



Czas spędzony w Pałacu jest dla mnie czasem cennym. Rozwijałam nowe umiejętności i hobby, które będą mi towarzyszyły przez długi czas. Nauczyłam się rzeczy przydatnych w dalszym życiu takich jak m.in. język hiszpański czy pierwsza pomoc.

W przyszłości na pewno nie planuje żegnać się z Pałacem, wręcz przeciwnie, chciałabym spędzać w nim więcej wolnego czasu





GRZEGORZ URGACZ

ZŁOTA
ODZNAKA
PAŁACU
MŁODZIEŻY

INSTRUKTOR:
KONRAD KASJANIUK



PRACOWNIA
PŁYWANIA
I SKOKÓW DO WODY



Do Pałacu Młodzieży uczęszczam od 2016 r. zajęcia dały mi mnóstwo znajomych i przyjaciół, które na pewno przetrwają latami. Na zajęciach zdobyłem nowe umiejętności, ale też rozwinąłem te, które już miałem. Czas spędzony w PM jest dla mnie nieustającą przygodą, która będzie miała ogromny wpływ na moją dalszą przyszłość.

Ludzie, których tu spotkałem ukierunkowali moje zainteresowania i pokazali w którym kierunku chcę się rozwijać. W najbliższej przyszłości chciałbym zostać instruktorem społecznym, żeby dalej się uczyć. Następnym moim krokiem jest zostanie instruktorem ratownictwa, żeby przekazywać zdobytą wiedzę kolejnym pokoleniom i зараżać ich swoją pasją.

Wspólnie realizowaliśmy projekt. Obejmował on trzy wydarzenia, warsztaty z pierwszej pomocy, pokaz ratownictwa na pływalni oraz grę terenową. Każde z wydarzeń udało się zrealizować. Podczas gry terenowej na niektórych stanowiskach pomagali koledzy i koleżanki z pracowni. Podczas tworzenia materiałów do warsztatów oraz gry terenowej korzystaliśmy głównie z wiedzy zdobytej na zajęciach z ratownictwa wodnego, na które wszyscy uczęszczamy. Dodatkowo w razie niepewności konsultowaliśmy się z naszym Instruktorem Konradem Kasjaniukiem. Głównymi efektami naszego projektu była edukacja „pałacowej” młodzieży i dzieci w zakresie ratownictwa wodnego i pierwszej pomocy oraz przełamanie strachu przed udzielaniem pierwszej pomocy.

Uczęszczam do PM od lutego 2021 r. do sekcji ratownictwa wodnego. Na zajęciach zdobyłam obszerną wiedzę dotyczącą ratownictwa wodnego. Dowiedziałam się rzeczy, które przydadzą się nawet w codziennym życiu i staram się przekazywać tę wiedzę dalej. Odkryłam nową pasję, która mam nadzieję zostanie ze mną do końca życia.

Poznałam również wielu wspaniałych ludzi, zarówno na zajęciach jak i imprezach czy wyjazdach organizowanych przez Pałac Młodzieży. Wiem, że są to osoby na których mogę zawsze polegać. Czas spędzony w Pałacu będzie miał duży wpływ na moją przyszłość. Zamierzam jeździć do Pieczarek jako kadra, a szczególnie jako ratownik.

W miarę możliwości chciałabym też zostać instruktorem ratownictwa wodnego w Pałacu i dzielić się swoją wiedzą jak i pasją, tak jak robi to nasz trener.



**ANNA
KALISZ**

ZŁOTA
ODZNAKA
PAŁACU
MŁODZIEŻY

INSTRUKTOR:
KONRAD KASJANIUK



PRACOWNIA
PŁYWANIA
I SKOKÓW DO WODY





Do Pałacu Młodzieży chodzę od 2021 r. na zajęcia z ratownictwa wodnego. Dzięki nim rozwinąłem swoją wiedzę w obszarze ratownictwa wodnego, bezpieczeństwa na akwenach wodnych oraz swoje umiejętności pływackie.



Dzięki tym zajęciom wykiełkowała we mnie nowa pasja jaką jest ogólnopojęte ratownictwo, a w szczególności ratownictwo wodne. Dzięki uczestnictwie w zajęciach oraz imprezach organizowanych w Pałacu Młodzieży poznałem wielu przyjaciół.

W przyszłości wiązę swoje plany z Pałacem Młodzieży, w szczególności jako instruktor społeczny lub ratownik. Chciałbym się dzielić swoją wiedzą, jaką tu zdobyłem z innymi osobami oraz zarażać ich pasją do ratownictwa, tak jak zostałem zarażony przez mojego trenera.

Grzegorz realizował projekt razem z Anną. Wszystkie założone cele udało im się zrealizować. Jak oboje wspólnie stwierdzili praca przy projekcie była czystą przyjemnością dzięki dobrej pracy zespołowej i komunikacji. Podczas opracowywania naszych warsztatów bazowaliśmy na wiedzy zdobytej podczas zajęć ratownictwa wodnego, opracowań WOPR oraz pomocy naszych instruktorów (Konrada Kasjaniuka oraz Aleksandry Jasinowicz). Realizacja projektu przebiegała prawidłowo, z drobnymi niedogodnościami w postaci problemów z ustaleniem dogodnej daty pasującej grupom oraz dostosowaniem tego do harmonogramu imprez PM.

DZIEŃ MATKI I DZIEŃ OJCA - CIEKAWOSTKI



- Dzień Matki ma początek w czasach starożytnych. Narodził się prawdopodobnie w Grecji i w Rzymie.
- W Rzymie obchodzone święta matki nazywano Hilariami (święto radości). Hilaria trwały od 15 do 18 maja. Podczas tych uroczystych dni czczono boginię Cybełę – matkę bogów.
- Dzień Matki pierwszy raz obchodzono w Polsce w 1914 roku w Krakowie. Jako jedyni obchodzimy go 26 maja.
- Meksykanie czczą Dzień Matki 10 maja, Armeńczycy 7 kwietnia, a Indonezyjczycy 22 grudnia.
- W Australii i Kanadzie w dniu święta mam przypina się do ubrań goździki. Nie jest to bez znaczenia w jakim kolorze będzie kwiat. Białe goździki oznaczają, że matka tej osoby zmarła, a kolorowe, że żyje. Dla Kanadyjczyków Dzień Matki jest równie ważny jak Boże Narodzenie.
- W USA święto mam obchodzone jest podobnie jak u nas. Mamy dostają prezenty i życzenia. Pokazuje się im, że są ważne i niezastąpione. W Stanach Zjednoczonych dodatkowo na domach i budynkach użyteczności publicznej pojawiają się flagi narodowe. To na cześć matek narodu.
- Dzień Matki jest też bardzo ważny dla Włochów, którzy są wyjątkowo rodzinni. Z okazji tego święta piecze się ciasteczka w kształcie serca. Pomaga się też mamom we wszelkich domowych pracach. Niektórzy zapraszają mamy na uroczysty obiad do restauracji.



Ojcowie obchodzą swoje święto w wielu Państwach świata – jednak Dzień Ojca obchodzony jest w wielu miejscach w różnym czasie. W Polsce jest to stała data: 23 czerwca.

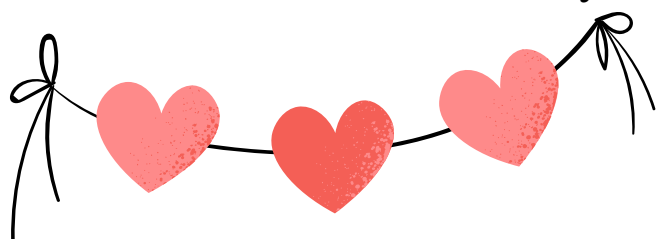
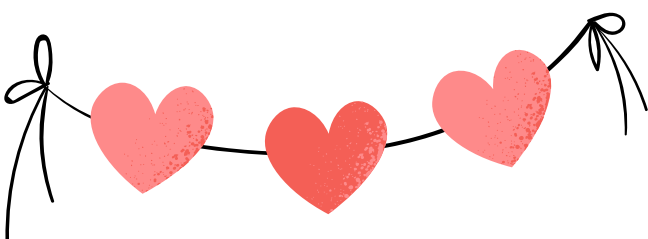
Nieco inaczej jest na świecie:

- Dzień Ojca w Wielkiej Brytanii Holandii i Stanach Zjednoczonych obchodzony jest w trzecią niedzielę czerwca;
- Dzień Ojca w Austrii przypada na drugą niedzielę czerwca;
- Dzień Ojca Litwie świętujemy w pierwszą niedzielę czerwca;
- Dzień Ojca w Hiszpanii, Portugalii i Włoszech przypada na 19 marca;
- Dzień Ojca w Niemczech obchodzony jest zawsze w dniu uroczystości Wniebowstąpienia Pańskiego (Christi Himmelfahrt), który przypada na 39. dzień po Niedzieli Wielkanocnej.

Pierwsze obchody tego święta odbyły się 19 czerwca 1910 roku w miasteczku Spokane w stanie Waszyngton. Pomysłodawczynią była Sonora Smart Dodd — córka weterana wojny secesyjnej Williama Smarta. Chciała ona w ten sposób podziękować za trud opieki swojego ojca nad rodziną, który po śmierci matki samotnie wychowywał ją i pięcioro jej młodszego rodzeństwa.

Wydarzenie miało charakter lokalny, a starania o wprowadzenie go na skalę krajową nie przyjęły się przez kolejnych kilka dekad. W 1966 r. prezydent Lyndon B. Johnson oficjalnie ustanowił Dzień Ojca świętem państwowym, a w 1972 roku oficjalnie zatwierdzono jego obchody w trzecią niedzielę czerwca. W Polsce Dzień Ojca jest obchodzony od 1965 roku.

Adam Fryzowski



ŚWIATOWY DZIEŃ SAVOIR-VIVRE



3 czerwca obchodzimy Światowy Dzień Savoir-Vivre.

Wyrażenie savoir-vivre oznacza „sztukę życia”. Pochodzi ono z języka francuskiego, w którym „savoir” to: znać, wiedzieć, umieć, natomiast słowo „vivre” – oznacza żyć. Jest to więc zbiór zasad obejmujących dobre maniery, bon-ton, ogładę, znajomość obowiązujących zwyczajów, form towarzyskich i reguł grzeczności funkcjonujących w danej grupie. Savoir-vivre jest uwarunkowany kulturowo, a więc znacząco różni się w zależności od regionu świata.

Przedstawiamy kilka podstawowych zasad savoir-vivre, w podziale na określone dziedziny życia w społeczeństwie.

Savoir-vivre w relacjach damsko-męskich

Zasady dobrego zachowania są ściśle określone w relacjach damsko-męskich. I choć dziś nie są tak przestrzegane jak kiedyś, to niektóre zachowania wciąż są mile widziane.

1. Otwieranie drzwi - mężczyźni zawsze powinni otwierać kobietom drzwi i przytrzymać je, gdy przez nie przechodzą.
2. Odsuwanie krzesła – w dobrym tonie jest, by mężczyzna odsunął kobiecie krzesło przy stole.
3. Podawanie płaszcza - mężczyzna powinien podać kobiecie płaszcz i pomóc go włożyć.



4. Całowanie w rękę – nie należy do zasad dobrego zachowania, ale jest przyjęte w niektórych krajach. Jeśli mężczyzna chce pocałować rękę kobiety na powitanie, należy pamiętać, by robić to tylko w zamkniętych pomieszczeniach. Ogólnie zwyczaj ten „odchodzi do lamusa”, gdyż kobiety odbierają go jako zbyt duże naruszenie ich prywatnej sfery.

5. Spotkanie w restauracji – jeśli kobieta i mężczyzna umówili się w lokalu typu kawiarnia/restauracja, warto pamiętać o kilku zasadach. Jeśli przychodzą razem na miejsce, to mężczyzna wchodzi do środka pierwszy, żeby „rozpoznać teren”. W przypadku, gdy mężczyzna czeka na kobietę w środku, wstaje, gdy ta podchodzi do stolika. Nie siada, dopóki kobieta nie zajmie miejsca przy stole. Rachunek płaci ta osoba, która zapraszała, jednak mogą to być indywidualne ustalenia typu: para może zapraszać się wzajemnie i płacić na przemian, a może również płacić po połowie.

Savoir-vivre przy stole

Reguły dobrego zachowania kojarzą nam się głównie z zasadami panującymi przy stole.

1. Sposób siedzenia przy stole - przy stole powinniśmy siedzieć prosto, plecami dotykając oparcia krzesła. Nie powinniśmy zakładać nogi na nogę. Na stole trzymamy tylko dłonie, nie opierając łokci. Gdy rozpoczniemy posiłek, powinniśmy pamiętać, by nie nachylać głowy nad talerzem. Na sztuce nabieramy małe porcje.

2. Ułożenie sztućców – układamy je zgodnie z zasadą, że na zewnątrz znajdują się te, które będą nam najpierw potrzebne. Jeśli pierwszym posiłkiem ma być na przykład zupa, łyżka powinna leżeć najbardziej od zewnątrz, po prawej stronie noży.



Gdy kolejnym daniem jest drobna przystawka lub sałatka, widelec i nóż przystawkowy (mniejszy) powinny być ułożone w kolejnym rzędzie. Jeżeli najpierw podajecie przystawkę, a potem dopiero zupę to najpierw powinny być ułożone sztućce do przystawki a dopiero potem łyżka do zupy. Sztućce do deseru układamy nad talerzem – łyżeczkę powyżej widelczyka. Jeśli chcemy zrobić przerwę w jedzeniu, kładziemy sztućce na środku talerza. Na zakończenie posiłku nóż i widelec kładziemy równolegle do siebie.

3. Serwetki - przed posiłkiem rozkładamy na kolanach serwetkę, nigdy nie kładziemy jej obok talerza.

4. Rozmowa w trakcie posiłku – główna zasada mówi, że w trakcie posiłku nie należy rozmawiać. Jeśli koniecznie chcemy z kimś porozmawiać, to nie zwracamy się do osób siedzących na przeciwko, lecz skierujemy się w swoją lewą lub prawą stronę. Dzięki temu nie będziemy pochylać się nad talerzem.

5. Kości/ości - jedząc mięso albo rybę, często zastanawiamy się, co zrobić z kośćmi - należy je odłożyć z boku talerza.

6. Napoje - pijąc herbatę z filiżanki musimy pamiętać, aby trzymać filiżankę delikatnie za ucho, niewskazane jest tu wkładanie całych palców w otwór, a jedynie podtrzymywanie naczynia. Z kompotu nie wyjadamy owoców.

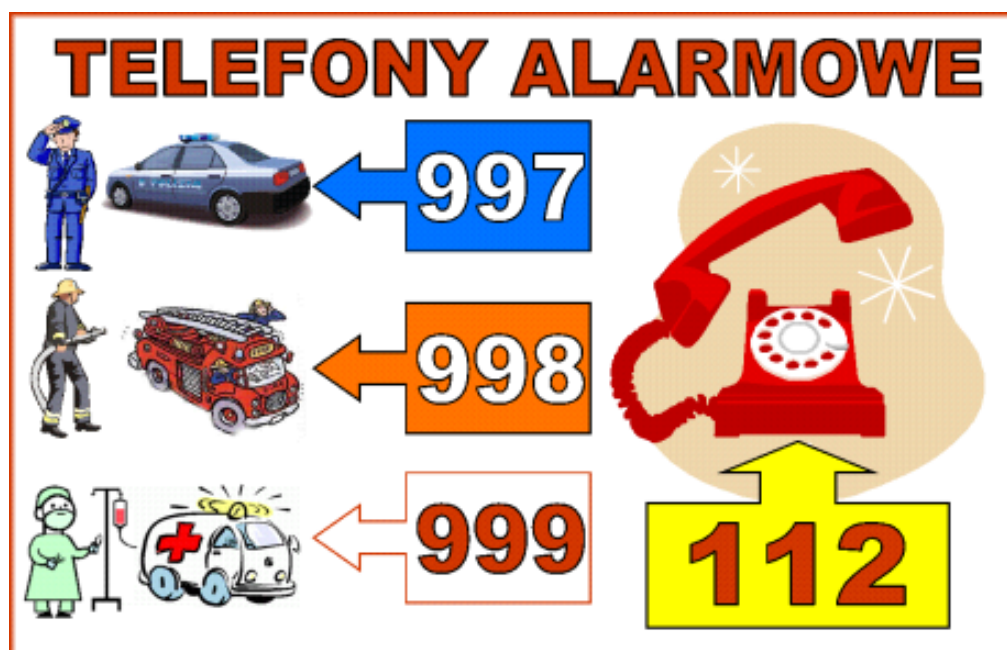
7. Kończenie posiłku – w trakcie posiłku nie odchodzimy od stołu, to gospodarze dają sygnał do zakończenia uczyty. Po skończonym posiłku powinniśmy odsunąć krzesło i powiedzieć „dziękuję”.



BEZPIECZNE WAKACJE

Okres wakacyjny to szczególny czas dla całej rodziny. W lipcu i sierpniu wielu z nas wyjeżdża spędzając czas nad wodą, w górach czy w lesie. Towarzyszące wypoczynkowi odprężenie sprawia jednak, że niejednokrotnie zapominamy o podstawowych zasadach bezpieczeństwa.

Chcąc uniknąć zagrożeń wakacyjnych skorzystajcie z naszych porad. Poniżej przedstawiamy najważniejsze z nich.



WYPOCZYWAJĄC NAD WODĄ

Wypoczywając nad wodą pamiętajmy o najważniejszych poradach ratowników Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego:



ZASADY BEZPIECZEŃSTWA KĄPIELI



1. Nigdy nie wolno skakać do nieznannej wody, ponieważ nie wiadomo czego można się spodziewać pod jej lustrem.
2. Nie wolno wchodzić celowo do wody w miejscach niebezpiecznych i niedozwolonych.
3. Nie wszczynaj nigdy fałszywych alarmów, nie popychaj nigdy do wody osób, które się tego nie spodziewają.
4. Nie biegaj nigdy po pomostach, możesz potraścić znajdujące się tam osoby, a sam narażasz się na uszkodzenia ciała przy upadku.
5. Dla zapewnienia maksimum bezpieczeństwa (szczególnie dotyczy dzieci), należy wyposażyć się w skrzydełka pływackie, koła nadmuchiwane, itp. najlepiej w kolorze jaskrawym, np. pomarańczowym lub żółtym.

GDZIE PŁYWAĆ

1. W miejscach strzeżonych i przeznaczonych specjalnie do tego celu.
2. W miejscach dobrze sobie znanych.
3. Nigdy nie wolno pływać w miejscach zakazanych, o czym informują odpowiednie tablice.

KIEDY PŁYWAĆ

1. W czasie sezonu letniego, gdy temperatura wody nie jest niższa od 18°C (najlepiej, gdy ma temperaturę powyżej 20°C).
2. Nie wchodzić do wody po rozgrzaniu na słońcu, bezpośrednio po posiłku i przy złym samopoczuciu.
3. Nie przebywać zbyt długo w wodzie, stosować odpowiednio dłuższe przerwy.

ZAWSZE STOSUJEMY SIĘ DO OBOWIĄZUJĄCYCH PRZEPISÓW I REGULAMINÓW.

PAMIĘTAJ, TELEFON ALARMOWY NAD WODĄ TO 601-100-100

WYPOCZYWAJĄC W GÓRACH



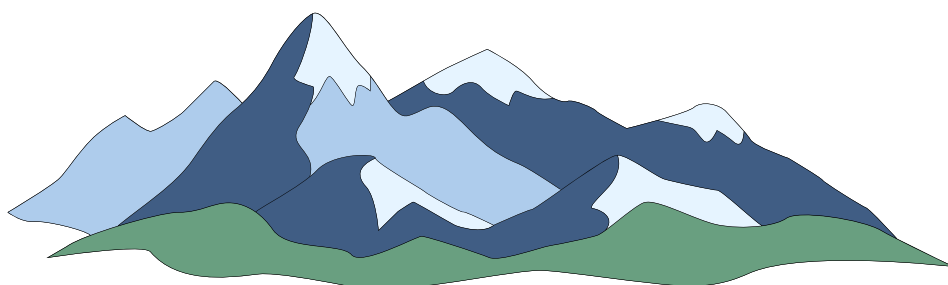
Wędrówka górkimi szlakami tak w lecie, jak i w zimie, to jeden z najlepszych sposobów spędzenia wolnego czasu, ale tym wędrówkom mogą towarzyszyć zagrożenia czy wypadki. Aby unikać tych zagrożeń każdą wyprawę w góry należy starannie przygotować.

Dostępne przewodniki i mapy turystyczne dostarczą nam wielu informacji, pomogą podjąć decyzję w jaki rejon gór się udać, dadzą orientację jakich trudności terenowych oczekiwać i ile nam to zajmie czasu.

Podstawowe informacje jakie powinniśmy zebrać to:

- przebieg szlaku turystycznego, którym będziemy się kierować - czy stokiem leśnym, grzbietami, halami itp.,
- sieć schronisk turystycznych,
- czas marszu od planowanego punktu wyjścia do punktu docelowego, lokalizacja obiektów, które mogą stanowić awaryjne schronienie na szlaku w przypadku załamania się pogody - schrony, leśniczówki itp.,
- drogi odwrotu jeżeli podejmiemy decyzję o skróceniu naszej wędrówki (w wyniku np. deszczu, mgły, burzy),
- wysokość nad poziomem morza (n.p.m.) na jaką będziemy musieli podejść i wędrować oraz różnice wzniesień na podejściach i zejściach w czasie wędrówki.

W placówkach GOPR można uzyskać dodatkowe, aktualne informacje o warunkach panujących w górach i na szlakach.



Podstawą ekwipunku turysty górskiego jest odpowiednie i wygodne obuwie oraz plecak, w którym niezależnie od pory roku i pogody winny znajdować się m.in.:

- czapka z daszkiem lub kapelusz, zapasowe skarpety i koszula,
- ubranie przeciwdeszczowe, wiatrochronne,
- podręczna apteczka i latarka.



Planując wędrowkę górską wskazane jest też zabranie telefonu komórkowego –z dobrze naładowaną baterią zasilającą - przynajmniej jednego na grupę i wprowadzenie do pamięci telefonów alarmowych GOPR, lokalnych i ogólnopolskich.

WYCHODZĄC W GÓRY ZOSTAWMY W MIEJSCU POBYTU WIADOMOŚĆ O TRASIE WYCIECZKI I PRZEWIDYWANEJ GODZINIE POWROTU. JEŻELI ZMIENIAMY PLANY ZAWIADOMMY O TYM GOPR (TOPR) .

NA WĘDRÓWKĘ WYCHODZMY W GÓRY RANKIEM, POGODA PSUJE SIĘ ZWYKLE WCZESNYM POPOŁUDNIEM.

**PAMIĘTAJ, TELEFON ALARMOWY W GÓRACH TO
601-100-300 lub 985**





WYPOCZYWAJĄC W LESIE

Wypoczywając w lesie skorzystajmy ze wskazówek leśników Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych, którzy przypominają:

- niemal wszystkie drogi leśne (z wyjątkiem dróg w rezerwatach przyrody) są dopuszczone do ruchu pieszego i rowerowego. Przez lasy przebiegają specjalnie wytyczone ścieżki oraz szlaki rowerowe, jednak nie wolno wchodzić ani wjeżdżać na tereny, na których jest prowadzona ścinka drzew. Takie obszary są najczęściej oznakowane stosownymi tablicami;
- na drogach leśnych obowiązuje zakaz ruchu pojazdów silnikowych, zaprzęgowych i motorowerów;
- w lasach oraz w odległości do 100 m od ich granicy zabronione jest rozniecanie ognia poza miejscami wyznaczonymi do tego celu przez właściciela lasu lub nadleśniczego;
- nie wolno także płoszyć, ścigać, chwytąć, ani zabijać dzikich zwierząt oraz puszczać psów luzem.

Aneta Pałczyńska



**ZAUWAŻYŁEŚ
POŻAR
ALARMUJ**

 **998**  **112**



REDAKCJA PANORAMY

Julita Pniewska

Ewa Zaborska

Aneta Pałczyńska

MŁODZI REDAKTORZY

Adam Fryzowski

