

Tu jest super  
tu jest  
bezpiecznie!



Maja i Franek

NA TROPIE BEZPIECZEŃSTWA W WOJEWÓDZTWIE KUJAWSKO-POMORSKIM



legenda mapy szlaków  
rowerowych na str. 27

# ZWYCIĘZCY konkursu

„Zostań bohaterem na drodze bezpieczeństwa”



ANTONI  
FALKOWSKI  
9 lat

ANTONI  
PIWKO  
6 lat



DZIECI ZE ŚWIETLICY  
SZKOLNEJ PAROWOZIK  
„PRZEBOWE  
PIERWSZAKI”  
7 lat



DOMINIKA  
KILIAN  
10 lat

DZIECI ZE ŚWIETLICY  
SZKOLNEJ PAROWOZIK  
„MALI AKTORZY”  
8 lat



KACPER  
KOŁODZIEJ  
11 lat



DAWID  
LEWANDOWSKI  
7 lat



JAKUB  
BOŻEK  
7 lat

Jak skutecznie wezwać pomoc? Co zrobić, gdy spotkasz agresywnego psa?  
Dlaczego w sieci lepiej używać nicka niż imienia i nazwiska?

Książeczkę, którą trzymasz właśnie w rękach, wydaliśmy specjalnie z myślą o Tobie i Twoim bezpieczeństwie. Myślisz: co może być niebezpiecznego w życiu dziecka w moim wieku? Szkoła, dom, coś po drodze, boisko, na wakacje nie wyruszam przecież do niebezpiecznej dżungli! Ale niebezpieczne sytuacje mogą się zdarzyć nawet, czy zwłaszcza wówczas, gdy nikt z nas się ich nie spodziewa. Warto wiedzieć, jak się wtedy zachować.

Na kolejnych kartkach znajdziesz przygotowane przez naszych ekspertów pogrupowane tematycznie rady, dotyczące bezpiecznego postępowania na co dzień oraz tego, jak się zachować w sytuacjach trudnych, które mogą Cię spotkać. Wszystkie powinieneś zrozumieć, a jeśli masz wątpliwości, zapytaj mamę, tatę, babcię, dziadka lub panią w szkole.

Milego czytania.

**Piotr Całbecki**  
marszałek województwa  
kujawsko-pomorskiego



WYDAWCA: Express Media Sp. z o.o., Bydgoszcz, ul. Waszyńska 13. PREZES ZARZĄDU: Marek Cieślowski. REDAKTOR NACZELNY: Artur Szczępański.  
DYREKTOR SPRZEDAŻY: Adrian Banaś. WYBÓR TEKSTÓW: Urszula Mrazikowska i Województwo Kujawsko-Pomorskiego.  
OPRACOWANIE REDAKCYJNE: Dominika Kucharska. PROJEKT I SKŁAD: Dagmara Polocka-Saberska. SPRZEDAŻ: Bogusława Marfikowska, tel. 607 363 922

# Bezpieczeństwo w szkole

## zgłoś to!

JEST CI SŁABO,  
LECI CI KREW Z NOSA, A MOŻE  
MASZ ZDARTE KOLANO? ZDARZA  
SIĘ KAŻDEMU, NIE UKRYWAJ  
TEGO. ZGŁOŚ TO NAUCZYCIELOWI  
LUB SZKOLNEJ PIELEGNIARCE.



TRZYMANIE W BUZI  
DŁUGOPISU, OŁÓWKA  
CZY INNYCH  
PRZYBORÓW JEST  
NIEBEZPIECZNE,  
MOŻESZ SIĘ  
ZAKRZTUŚCIĆ LUB  
POWAŻNIE ZRANIĆ!



## ciekawostka



CZY WIESZ,  
ŻE W NIEKTÓRYCH  
KRAJACH DZIECI  
CHODZĄ DO SZKOŁY  
NIE 5, A 6 DNI  
W TYGODNIU?  
JEST TAK, MIĘDZY  
INNymi,  
W CZĘŚCI WŁOCH  
I W LUKSEMBURGU.



# uwaga!!!

## Temat:

PRZERWA NA BOISKU TO OKAZJA DO ZABAWY,  
ALE NIE ZAPOMINAJ O BEZPIECZEŃSTWIE!

Bujanie się  
jest super,  
ale na  
huśtawce.  
Bujając się na  
krześle łatwo  
się przewrócić.



PRZYZRĄDY  
I SUBSTANCJE  
W SALACH  
DO NAUKI CHEMII  
I FIZYKI SĄ  
FASCYNUJĄCE,  
ALE TYLKO, GDY MA  
SIĘ ODPowiedNIA  
WIEDZE. BEZ NIEJ  
BYWĄJĄ GROŻNE.  
NIE RUSZAJ  
ICH SAMEMU!



- nie wychodź poza teren szkolny
- gdy zaczepia Cię ktoś obcy, poinformuj dyżurującego nauczyciela
- zabawa w berka na betonowym boisku to zły pomysł
- widząc, że ktoś naśmiewa się z Twojego kolegi czy koleżanki lub bije albo popycha, powiedz o tym nauczycielowi



# Bezpieczeństwo na drodze

**NAJKRÓTSZA DROGA WCALE NIE MUSI BYĆ NAJLEPSZA!** LEPIEJ DOJŚĆ DO DOBRZE OŚWIETLONYCH PRZEJŚĆ Z PASAMI, SYGNALIZACJĄ LUB TAKICH, PRZEZ KTÓRE PRZEPROWADZI CIĘ „AGATKA”.



Gdy nie ma chodnika nigdy nie idź środkiem drogi. **Maszeruj poboczem, wzdłuż lewej strony jezdni.** Jeśli idziesz z grupą, **TO ZAWSZE GĘSIEGO.**



## ciekawostka

CZY WIESZ, DLACZEGO NA OSOBĘ PRZEPROWADZAJĄCĄ PRZEZ JEZDNIĘ MÓWIMY „AGATKA”? OKREŚLENIE TO WZIĘŁO SIĘ OD POTOCZNEJ NAZWY ZNAKU DROGOWEGO, STAWIANEGO PRZY SZKOŁACH, PRZESTAWIAJĄCEGO DZIEWCZYNKĘ Z LIZAKIEM.



ZANIM PRZEJEDZIESZ PRZEZ JEZDNIĘ, SPÓJRZ W LEWO, PÓŹNIEJ W PRAWO I RAZ JESZCZE W LEWO. PRZECHODŹ, GDY DROGA JEST WOLNA.



- sygnał dźwiękowy informuje, że nie można już wsiadać do pojazdu ani z niego wysiadać



W AUTOBUSIE CZY TRAMWAJU BYWA TŁOCZNO, ZDARZA SIĘ TEŻ, ŻE KIEROWCA MUSI OSTRO ZAHAMOWAĆ. **WŁAŚNIE DLATEGO ZAWSZE MOCNO TRZYMAJ SIĘ PORĘCZY.**



## ZWYCIĘSKA PRACA

7 lat



KATEGORIA: **ZNAKI DROGOWE**  
ŚWIE TLIC A SZKO LNA PAROWOZIK  
„Przebojowe pierwszaki”

ZOSTAN BOHATEREM NA DRODZE DO BEZPIECZEŃSTWA!

# Znaki drogowe

Znaki podpowiadają, jak zachowywać się na drodze i ostrzegają przed niebezpieczeństwem. Dobrze wiedzieć, co oznaczają!



W dzungli znaków drogowych...

PRZY ULICY  
STOI  
TYLE ZNAKÓW!

ZNACIE TE ZNAKI  
???

DOBRE  
WIEDZIEĆ,  
CO  
OZNACZAJĄ.



**DROGA DLA PIESZYCH I ROWERÓW,**  
więc zarówno rowerzyści, jak i piesi muszą na siebie uważać.

**DROGA DLA PIESZYCH**  
i tylko dla nich. Nie mogą nią jeździć żadne pojazdy.

**DROGA DLA ROWERÓW**  
Idealna na przejażdżki rowerowe. Korzystaj z niej!

**ZAKAZ WJAZDU ROWERÓW**  
Ten znak zakazuje wjeżdżania na rowerze.



**ZAKAZ RUCHU PIESZYCH**  
Ten znak zobaczysz przy niebezpiecznych drogach. Nie wolno nimi chodzić.



**AGATKA**  
Ten znak zobaczysz przy przejściach, przez które często przechodzą dzieci.



**KRZYŻ ŚW. ANDRZEJA**  
To znak, który stoi przed przejazdem kolejowym. Pamiętaj, aby zawsze się przed nim zatrzymać i sprawdzić, czy nie zbliża się pociąg.

**PRZEJŚCIE DLA PIESZYCH**  
Szukaj przejść z tym znakiem i pamiętaj o zasadach przechodzenia przez jezdnię.



**INNE NIEBEZPIECZEŃSTWO**  
Gdy zobaczysz taki znak, postępuj bardzo ostrożnie. Wykazyknik oznacza, że na tym obszarze występują inne niebezpieczeństwa.



## ciekawostka

CZY WIESZ, ŻE W KAŻDYM KRAJU MOŻESZ TRAFIĆ NA INNE ZNAKI DROGOWE? NA PRZYKŁAD W AUSTRALII SPOTKASZ ZNAK OSTRZEGAJĄCY PRZED PRZEBIEGAJĄCYMI PRZES JEZDNIĘ KANGURAMI, KTÓRYCH JEST TAM BARDZO DUŻO.



ZWYCIĘSKA  
PRACA

8 lat



ZOSTAŃ BOHATEREM NA DRODZE DO BEZPIECZEŃSTWA!

KATEGORIA: PRZEZ JEZDNIĘ  
ŚWIETLICA SZKOLNA PAROWOZIK  
„Mali aktorzy”

# Noś odblaski!

WIESZ, ŻE  
PO ZMROKU  
KIEROWCA  
ZOBACZY CIĘ  
DOPIERO  
Z ODLEGŁOŚCI  
40 METRÓW?  
ODBLASKI  
SPRAWIA,  
ŻE BĘDZIE CIĘ  
WIDAĆ NAWET  
Z ODLEGŁOŚCI  
150 METRÓW!  
TO POZWOLI  
KIEROWCY  
BEZPIECZNIE  
CIĘ OMINĄĆ.

CZY WAŻNE JEST TO,  
W KTÓRYM MIEJSCU  
PRYZCZEPIAMY  
ODBLASKI?

ODBLASKI NAJLEPIEJ UMIEŚCIĆ NA WYSOKOŚCI  
**KOLAN, DŁONI ORAZ NA BRZUCHU I PLECACH.**  
DZIĘKI TEMU BĘDZIESZ DOBRZE WIDOCZNY.

Na zdjęciu dzieci z Przedszkola Miejskiego nr 5 im. Juliana Tuwima w Toruniu.  
fot. Sławomir Kowalski

CZY WIESZ, ŻE ODBLASKI SĄ TWORZONE ZE SPECJALNYCH  
MATERIAŁÓW, KTÓRE ŚWIĄCĄ, GDY PADA NA NIE ŚWIATŁO?  
**A DLACZEGO MÓWIMY „ODBLASKI”?**  
BO ODBIJAJĄ PADAJĄCY NA NIE BLASK.

## ? ciekawostka

CZY ZNASZ ODBLASKOWEGO ANIOŁA?  
TO MACIEJ STAWINOGA, KTÓRY OD SIEDMIU LAT  
JEŹDZI PO KRAJU ROWEREM, ABY ROZDAWAĆ  
ODBLASKI. CHCE, BY PRZEDZIE WSZYSTKIM DZIECI BYŁY  
BARDZIEJ WIDOCZNE NA DRODZE. ODBLASKOWY ANIOŁ  
ODWIEDZIŁ TAKŻE NASZ REGION.



IM WIĘCEJ ODBLASKÓW,  
TYM LEPIEJ! MIĘJ JE ZAWSZE  
NA SOBIE, SZCZEGÓLNIE, GDY  
PORUSZASZ SIĘ PO ZMROKU LUB  
CHODZISZ POBOCZEM. PAMIĘTAJ,  
ABY PRYZCZEPIĆ  
JE TEŻ DO PLECAKA!

GDY IDZIESZ POBOCZEM  
LUB JEDZIESZ ROWEREM,  
ZAŁÓŻ KAMIZELKĘ  
ODBLASKOWĄ.

ZOSTAŃ BOHATEREM NA DRODZE DO BEZPIECZEŃSTWA!

## ZWYCIESKA PRACA

6 lat



KATEGORIA: **WIDOCZNY NA DRODZE**  
ANTONI PIWKO

11

# Bezpieczeństwo na rowerze



TWÓJ ROWER NIE BYŁ UŻYWANY PRZEZ CAŁĄ ZIMĘ? NIECH KTOŚ DOROSŁY MU SIĘ PRZYJRZY, MOŻE COŚ TRZEBA DOKRĘCIĆ ALBO DOPASOWAĆ SIODELKO.

**BĄDŹ WIDOCZNY!**  
PAMIĘTAJ O ODBŁASKACH NA UBRANIU, ALE I NA ROWERZE. ODBŁASKI MOŻESZ UMIEŚCIĆ NA SZPRYCHACH KÓŁ I RAMIE.



## ciekawostka

CZY WIESZ, ŻE W CHELMZY URODZIŁ SIĘ WYBITNY KOLARZ SZOSOWY, MISTRZ ŚWIATA, EUROPY I OLIMPIJCZYK? MOWA O **MICHALE KWIATKOWSKIM**, KTÓRY MAJĄC 17 LAT BYŁ JUŻ MISTRZEM EUROPY JUNIORÓW. MOŻE ZA KILKA LAT POWTÓRZYŚ SUKCES „KWIATKA”...



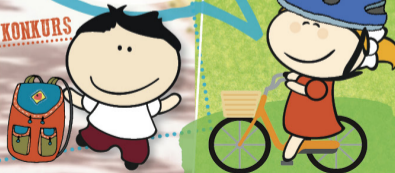
**BEZ KASKU ANI RUSZ!**  
KASK MUSI PRZYLEGAĆ DO GŁOWY I BYĆ DOBRZE ZAPIĘTY, ABY UCHRONIĆ CIĘ W RAZIE UPADKU.

KIEROWNICA POZWALA ZAPANOWAĆ NAD ROWEREM. **NIE PRÓBUJ JAZDY BEZ TRZYMANKI**, BO SZYBKO MOŻESZ STRACIĆ RÓWNOWAGĘ.

## KONKURS

ZAPROJEKTUJ SWÓJ WYMARZONY KASK. PAMIĘTAJ, ŻE JEGO NAJWAŻNIEJSZĄ FUNKCJĄ JEST ZAPEWNIENIE CI BEZPIECZEŃSTWA. 3 NAJLEPSZE PRACE NAGRODZIMY ODBŁASKIEM ROWEROWYM Z AUTOGRAFEM „KWIATKA”. PRACĘ NALEŻY WYSŁAĆ NA ADRES [tujeszuper@expressmedia.pl](mailto:tujeszuper@expressmedia.pl) ZGŁOSZENIA MUSZĄ ZAWIERAĆ: IMIĘ, NAZWISKO, NUMER TELEFONU OPIEKUNA ORAZ HASŁO „KWIATEK”.

## KONKURS



## ZWYCIĘSKA PRACA

7 lat



KATEGORIA: NA ROWERZE  
DAWID LEWANDOWSKI

# Trasa rowerowa

JEŚLI CHCESZ JEŹDZIĆ ROWEREM PO DRODZE, MUSISZ MIEĆ **KARTĘ ROWEROWĄ!** MOŻESZ JĄ ZDOBYĆ, GDY SKOŃCZYSZ 10 LAT. BEZ KARTY TEŻ MOŻESZ JEŹDZIĆ NA ROWERZE, ALE TYLKO PO CHODNIKU LUB DRODZE ROWEROWEJ - ZAWSZE POD OPIEKĄ DOROSŁEGO.



FRANKU, CZEMU MUSIELIŚMY ZEJŚĆ Z ROWERÓW?



BO NIE MOŻNA PRZEJEŹDZAĆ ROWEREM PRZEZ PRZEJŚCIE DLA PIESZYCH. ROWER TRZEBA PRZEPROWADZIĆ



**pamiętaj**

**SKRĘT W PRAWO**  
- WYSTAW PRAWĄ RĘKĘ,  
**SKRĘT W LEWO**  
- WYSTAW LEWĄ RĘKĘ



**ciekawostka**

CZY WIESZ, ŻE KASKI ROWEROWE NAJCZĘŚCIEJ ROBI SIĘ ZE STYROPIANU, KTÓRY POKRYTY JEST WYTRZYMAŁYM TWORZYWEM SZTUCZNYM? A PO CO OTWORY W KASKU? ŻEBY BYŁ LĘJSZY, A GŁOWA ROWERZYSTY SIĘ NIE POCIŁA.



# burza

NA WYCIECZCE ZŁAPAŁA CIĘ BURZA? NIE CHOWAJ SIĘ POD DRZEWAMI - ONE PRZYCIĄGAJĄ PIORUNY! PRZECZEKAJ ULEWĘ W ROWIE LUB WAWOZIE



## droga rowerowa

to specjalny pas jezdni lub chodnika, przeznaczony do jazdy rowerem.





# Bezpieczeństwo w domu

## ZAPAMIĘTAJ!

- nie otwieraj drzwi obcym
- nie rozmawiaj z nieznanym przez telefon
- w widocznym miejscu powieś numery telefonów do najbliższych - w razie kłopotów dobrze je mieć pod ręką



**O, JAKIE GORĄCE!** NIE DOTYKAJ PIEKARNIKA ANI WŁĄCZONEGO ŻELAZKA! NIE WYJMUY NICZEGO Z KUCHENKI! MOŻESZ SIĘ POPARZYĆ!

**GDY ŹLE SIĘ CZUJESZ, POWIEDZ O TYM DOROSŁYM. ONI NAJLEPIEJ WIEDZĄ, JAK CI POMÓC.**



## ŚRODKI DO CZYSZCZENIA SĄ TRUJĄCE!

JESLI ZAUWAŻYSZ, ŻE TWOJE RODZENISTWO ZJADŁO LUB WYPIŁO KTÓRYŚ Z NICH, JAK NAJSZYBCIEJ POWIEDZ O TYM DOROSŁYM!



## ciekawostka

CZY WIESZ, ŻE WYSTARCZA TYLKO 2 KUCHENNE SKŁADNIKI, ABY ZROBIĆ **DOMOWY WULKAN**? DO MAŁEJ BUTELKI WSYPSZ 2 ŁYŻKI SODY OCZYSZCZAJĄCEJ I WSTAW JĄ DO MISKI. SZYBKIM RUCHEM ZALEJ SODĘ 1/4 SZKLANKI OCTU. POŁĄCZENIE TYCH DWÓCH SKŁADNIKÓW POWODUJE WYDZIELANIE SIĘ GAZU. WYBUCH DOMOWEGO WULKANU GOTOWY!

**NIEKTÓRE TABLETKI WYGLĄDAJĄ JAK KOLOROWE CUKIERKI, ALE TO NIE LAKOCIE. NIGDY NIE SIĘGAJ PO NIE SAMEMU!**

numer alarmowy

112

24h

GDY W DOMU POJAWI SIĘ OGIEŃ, NIE PRÓBUJ GO UGASIĆ. **SZYBKO WYJDŹ NA ZEWNĄTRZ.** JESLI POŻAR JEST DUŻY, DO DRZWI IDŹ NA CZWORAKACH. PAMIĘTAJ - NIGDZIE SIĘ NIE CHOWAJ. MUSISZ SIĘ WYDOSTAĆ I WOLAĆ O POMOC.



## ZWYCIĘSKA PRACA

11 lat



KATEGORIA: **W DOMU**  
**KACPER KOŁODZIEJ**

ZOSTAŃ BOHATEREM NA DRODZE DO BEZPIECZEŃSTWA!

# Bezpieczeństwo w Internecie

# GDY WIDZISZ W INTERNECIE COŚ,  
CO OBRAŻA CIEBIE LUB INNE DZIECI,  
POWIEDZ O TYM DOROSŁYM  
# NIKT BEZ TWOJEJ ZGODY NIE MOŻE  
UMIESZCZAĆ W INTERNECIE ZDJĘĆ ANI  
FILMÓW, NA KTÓRYCH JESTEŚ!

**CHCESZ  
SURFOWAĆ W SIECI?  
POTRZEBUJESZ  
PSEUDONIMU!**

MOŻE BYĆ ZABAWNY  
LUB SKOMPLIKOWANY  
- GRUNT, BY NIE  
PODAWAĆ SWOJEGO  
IMIENIA, NAZWISKA,  
ADRESU DOMU ANI  
SZKOŁY! NIE MASZ  
PEWNOŚCI, KTO JEST  
PO DRUGIEJ STRONIE  
MONITORA.

**MASZ INTERNETOWĄ KOLEŻANKĘ  
LUB KOLEGĘ? NAWET, GDY WYDAJE CI SIĘ,  
ŻE DOBRZE SIĘ ZNACIE,  
NA SPOTKANIE W REALU ZAWSZE  
IDŹ Z KIMŚ DOROSŁYM.**

## pamiętaj!

- # wirtualny świat jest pełen fascynujących informacji, ale i niebezpieczeństw - wchodź tylko na te strony, z których pozwolili Ci korzystać rodzice
- # strzeż swoich internetowych haseł jak cennego skarbu
- # nieznane strony i pliki mogą uszkodzić Twój komputer!
- # każdy krok w Internecie zostawia ślad

## ciekawostka

**CZY WIESZ, ŻE ENIAC**  
- JEDEN Z PIERWSZYCH  
KOMPUTERÓW, BYŁ CIĘŻKI  
JAK CIĘŻARÓWKA I DUŻY  
JAK POKÓJ. DZIŚ NAJLŹEJSZY  
KOMPUTER WAŻY NIEWIELE  
PONAD KILOGRAM.

# Bezpieczeństwo w lesie



KIERUNEK · PRZYGODA

Uważaj na kleszcze!

Idź środkiem ścieżki, załóż kapelusz, spodnie z długimi nogawkami i bluzkę z długimi rękawami! Podejrzwasz, że kleszcz Cię ukąsił? Poinformuj o tym dorosłych. Nigdy nie usuwaj go samemu!

NA WYCIECZKI DO LASU WYBIERAJ SIĘ TYLKO POD OPIEKĄ DOROSŁYCH!

- Co robić, gdy zobaczysz **pożar**?
- **Dzik jest dziki**, więc jak się zachować, gdy go spotkasz?
- Jak uchronić się przed **kleszczami**?
- A co, jeśli się **zgubisz**?

112

WIDZISZ OGIEN? NIE TRĄC GŁOWY! POINFORMUJ WSZYSTKICH DOKOŁA. ZAALARMUJ STRAŻ POŻARNĄ!



Gdy zgubisz się w lesie, nie panikuj:

Samemu nie szukaj miejsca startu wycieczki.  
Rozłóż na gałęziach drobiazgi, które masz przy sobie - poszukujący **będą wiedzieć, że jesteś w pobliżu**.  
Słyszysz dźwięki samochodów? Idź w ich stronę, aż dotrzesz do ulicy.  
Zatrzymaj auto i poproś o pomoc.

WSKAZÓWKI leśniczego

- dzik boi się bardziej niż TY
- nie zbliżaj się do niego i nie próbuj go przestraszyć, bo będzie się bronił
- powoli oddal się lub stój w miejscu, aż dzik odejdzie



Strzeż się dzika!

Leśne owoce i grzyby wyglądają smakowicie, ale zanim je zjesz, powinien zobaczyć je ekspert. Możesz natrafić na coś trującego!



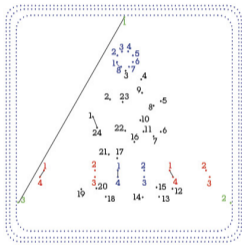
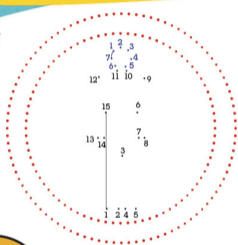
ciekawostka

CZY WIESZ, ŻE W LESIE BEZ KOMPASU MOŻNA WYZNACZYĆ KIERUNKI ŚWIATA? POMOŻE W TYM MECH! WYSTARZY DOBRZE PRZYJRZEĆ SIĘ PNiom DRZEW I ZOBACZYĆ, Z KTÓREJ STRONY MECH OBRSTA JE NAJBARDZIEJ. STRONA, GDZIE MCHU JEST NAJWIĘCEJ, WSKAZUJE PÓLNOC.



# Połącz **KROPKI**

Wśród nich ukryte są znaki drogowe. WIESZ CO OZNACZAJĄ?



Sprawdź na stronach 8-9!!!



# ZWYCIĘSKA PRACA

ZOSTAŃ BOHATEREM NA DRODZE DO BEZPIECZEŃSTWA!



7 lat

KATEGORIA:  
**W LESIE**  
JAKUB BOŻEK

# Bezpieczeństwo w wodzie

Chcesz popływać kajakiem, łódką lub rowerem wodnym? Pamiętaj o kapoku. Niech dorośli pomogą Ci go odpowiednio założyć.

## PAMIĘTAJ!

Kąp się pod opieką dorosłych i tylko w miejscach do tego przeznaczonych: na basenie strzeżonym przez ratownika oraz w stawach, jeziorach, zalewach i rzekach z wydzielonymi miejscami do kąpieli, gdzie dyżurują ratownicy.

W WODZIE GRUNT POD NOGAMI TO PODSTAWA, SZCZEGÓLNIE, GDY NIE UMIESZ PLYWAĆ. DNO BYWA NIERÓWNE, PEŁNE USKOKÓW. NIE IDŹ DALEJ!

## ciekawostka

CZY WIESZ, ŻE W NASZYM REGIONIE ZNAJDUJE SIĘ JEDNO Z NAJWIĘKSZYCH I NAJBARDZIEJ ZNANYCH JEZIOR W KRAJU? MOWA O JEZIORZE GOPŁO, KTÓRE KIEDYŚ BYŁO JESZCZE WIĘKSZE I NAZYWANO JE „MORZEM POLAKÓW”.

kt. Andrzej Gołński

## Podczas zabaw w wodzie NIE WOLNO:

- wzajemnie się podtapiać ani popychać
- wzywać do wody osób, które nie mają ochoty na kąpiel
- wypływać na głęboką wodę

## ZWYCIĘSKA PRACA

10 lat



KATEGORIA: NAD WODĄ  
DOMINIKA KILIAN

ZOSTAŃ BOHATEREM NA DRODZE DO BEZPIECZEŃSTWA!

# Odkrywamy nasz region

**BEZPIECZNIE**

JEDZIEMY NA WYCIECZKĘ  
ROWEROWĄ ZANIM RUSZYSZ  
Z NAMI, PRZYPOMNIJ SOBIE  
RADY ZE STRON 12-15!

A MNIE RODZICE  
ZABIERAJĄ NA  
KAJAKI. PRZECZYTAJ  
O ZASADACH  
BEZPIECZEŃSTWA  
W WODZIE  
NA STRONACH  
24-25!

26

## SZLAKI ROWEROWE

- 1 Barcin - Gołębki
- 2 Borowej Ciotki
- 3 Bydgoszcz - Nakło
- 4 Bydgoszcz - Chojnice
- 5 Do Piekietka nad Brdą
- 6 Greenway
- 7 Euro Route R1
- 8 Pałuckie Krajobrazy
- 9 Po Dolinie Dolnej Wisły
- 10 Włocławek - Czesk
- 11 Toruń - Grudziądz
- 12 Iława - Toruń - Inowrocław
- 13 Bydgoszcz - Toruń
- 14 Wielka Trasa Rowerowa
- 15 Łąkorz - Grudziądz - Tień
- 16 Tuchola - Bachorze
- 17 Toruń - Chelmża / Kamionki Małe
- 18 Toruń - Unisław -  
Bydgoszcz - Koronowo
- 19 Złotaria - Osiek

**BEZPIECZNE  
MIEJSCA  
W REGIONIE**

OŚRODEK GRÓD  
PIASTA NAD JEZIOREM  
CHOMIĄSKIM

NADLEŚNICTWO  
WOZIWOŁA



ORLIK  
W GMINIE  
DOBRE



**ciekawostka**

CZY WIESZ,  
ŻE ZA  
WYNAŁZCÓW  
KAJAKÓW UWAŻA  
SIĘ **ESKIMOSÓW**  
Z **MROŻNEJ**  
**GRENLANDII?**  
PRZEMIESZCZALI  
SIĘ NIMI MYŚLIWI.  
JEDNYM  
Z MATERIAŁÓW,  
Z KTÓRYCH  
BUDOWANO  
KAJAKI  
GRENLANDZKIE  
BYŁY SKÓRY  
SSAKÓW  
MORSKICH.

27

# Polecane bezpieczne miejsca w regionie

LUBISZ GRAĆ  
W PIŁKĘ? MISTRZOWSKIE  
PODANIA POTRENUJ  
NA ORLIKU!



foto: Jacek Smarz

**ORLIKI** znajdziesz  
w całym naszym  
województwie.  
Jest ich aż 213.  
Jeden z nich  
mieści się  
w gminie Dobre  
(powiat  
radziejowski).  
To bezpieczne  
miejsce do gry  
w piłkę nożną  
czy w kosza.

Jak rośnie las i co trzeba wiedzieć, aby czuć  
się w nim bezpiecznie? Odpowiedzi znają  
leśnicy. Niedawno na lekcję do **NADLEŚNICTWA  
WOZIWODA** (powiat tucholski oraz chojnicki)  
wybrały się dzieci ze szkoły w Szlachcie.  
Możesz przyjechać i Ty!

WYBIERAJ TYLKO  
STRZEŻONE  
KĄPIELISKA!

Niebawem ruszymy nad wodę! Wybieraj tylko  
bezpieczne miejsca, strzeżone przez ratowników.  
Jednym z nich jest **OŚRODEK GRÓD PIASTA**  
(powiat żniński) nad pięknym Jeziorem Chomińskim.



AK Chomińskie Jezioro Piasta

MAPKA SZLAKÓW ROWEROWYCH I BEZPIECZNYCH MIEJSC NA STRONIE 27

1

K O N K U R S

LUBISZ WYCIEZKI ROWEROWE? WYKONAJ RYSUNEK, KTÓRY POKAZUJE  
MIEJSCE TWOJEJ OSTATNIEJ BEZPIECZNEJ WYCIEZKI ROWEROWEJ.

NA WASZE PRACE W MAKSYMALNYM FORMACIE A3 CZEKAMY DO 05.07.2016 R. PROSIMY WYSŁAĆ JE NA ADRES MAILOWY  
tujeszuper@expressmedia.pl LUB POCZTOWY UL. PODMURNA 31, 87-100 TORUŃ. PRACE MUSZĄ ZAWIERAĆ: IMIĘ, NAZWISKO,  
NUMER TELEFONU OPIEKUNA ORAZ NAZWĘ KSIĄŻECZKI „TU JEST SUPER - TU JEST BEZPIECZNIE”.



2

K O N K U R S

Do wygrania:  
-PLECAK  
TURYSTYCZNY  
-HULAJNOGA  
I OCHRONIACZE



NA PEWNO WIESZ JAK BEZPIECZNIE OBCHODZIĆ SIĘ ZE ZWIERZĘTAMI.  
PRZEŚLIJ NAM ZDJĘCIE ZE SWOIM PUPILEM I NAPISZ W KILKU ZDANIACH  
(MAKSYMALNIE OŚMIU) JAK BYĆ BEZPIECZNYM W KONTAKCIE ZE ZWIERZĘTAMI.

NA WASZE ZDJĘCIA Z OPISAMI CZEKAMY DO 05.07.2016 R. PROSIMY WYSŁAĆ JE NA ADRES MAILOWY tujeszuper@expressmedia.pl  
LUB POCZTOWY UL. PODMURNA 31, 87-100 TORUŃ. ZGŁOSZENIA MUSZĄ ZAWIERAĆ: IMIĘ, NAZWISKO,  
NUMER TELEFONU OPIEKUNA ORAZ NAZWĘ KSIĄŻECZKI „TU JEST SUPER - TU JEST BEZPIECZNIE”.



WOJEWÓDZTWO  
KULIAWSKO-POMORSKIE



Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej w Toruniu



WOJEWÓDZTWO  
KULIAWSKO-POMORSKIE



Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska  
i Gospodarki Wodnej w Toruniu



# Bezpieczeństwo w kontakcie ze zwierzętami

Zwierzęta lubi przytulanie i głaskanie, ale to nie zabawka!  
**NIE CIĄGNIJ GO ZA OGON CZY USZY**  
**NIE WKŁADAJ MU PALCÓW DO OCZU,**  
**bo sprawisz mu ból!**



**NIE ZACZEPIAJ PSA, KTÓRY AKURAT COŚ JE. NAWET TEN NAJSPOKOJNIEJSZY MOŻE CIĘ WTEDY UGRZYŻĆ!**

CHCESZ PRZEJŚĆ PRZEZ CUDZE PODWÓRKO, ŻEBY SKRÓCIĆ SOBIE DROGĘ? PAMIĘTAJ, ŻE MOŻE TAM BYĆ PIES, KTÓRY POTRAKTUJE CIĘ JAK INTRUZA!

**UWAGA!**  
**ZŁY PIES**



**W ZOO NIE WKŁADAJ RĄK DO KLATEK I NIE DOKARMIAJ ZWIERZĄT!**

## ciekawostka

**WĘCH TO NAJWAŻNIEJSZY ZMYŚL PSA.**  
JEST NAWET CZTERY RAZY BARDZIEJ ROZWIŃĘTY NIŻ U LUDZI.  
**PIES MA PONAD 200 MILIONÓW RECEPTORÓW WĘCHOWYCH, A CZŁOWIEK OKOŁO 5 MILIONÓW.**



## NIE PODCHÓDZ

**DO OBCYCH ZWIERZĄT, NIE GŁASZCZ ICH, MOGĄ MIEĆ WŚCIEKLIZNĘ!**



# zwierzęta NA WSI

**PAMIĘTAJ, NIE WOLNO PODCHODZIĆ DO KONIA CZY KROWY OD TYŁU, BO MOŻE CIĘ KOPNAĆ!**



## dłaczego?

Bydło i konie nie widzą ostro tego, co stoi za nimi. Jeśli od tyłu coś się do nich zbliża, mogą kopnąć, a siły im nie brakuje.



# PRZY SPOTKANIU Z AGRESYWNYM PSEM!

# uwaga!

TELEFON  
ALARMOWY

# 112



NIE UCIEKAJ I NIE PATRZ PSU W OCZY!

NIE ODWRACAJ SIĘ TYŁEM!

USTAW SIĘ DO PSA BOKIEM NA ROZSTAWIONYCH NOGACH, STÓJ NIERUCHOMO, PIES CIĘ OBWACHA I PRAWDOPODOBNIENIE SIĘ WYCOFA!

JEŚLI WCIAŻ JEST AGRESYWNY, PRZYMIJ **POZYCJĘ ŻÓŁWIA:**

SPLEĆ DŁONIE DO WEWNĄTRZ, TAK BY SCHOWAĆ PALCE, ŁĄCZNIE Z KCIUKAMI



2.



ZAŁÓŻ RĘCE NA KARK I ZAŚLÓŃ NIMI USZY.



3.

WCIAŻ TRZYMAJĄC RĘCE NA KARKU, KUCNIJ I PRZYCIĄGNIJ GŁOWĘ DO KOLAŃ. PIES ZNIECHĘCONY TAKĄ POZYCJĄ Z REGUŁY ODCHODZI.

# ZWYCIĘSKA PRACA

ZOSTAŃ BOHATEREM NA DRODZE DO BEZPIECZEŃSTWA!



9 lat

KATEGORIA:  
**ZWIERZĘTA**  
ANTONI  
FALKOWSKI



# Kogo wzywać na POMOC

**POTRZEBUJESZ POMOCY? A MOŻE  
POTRZEBUJE JEJ OSOBA OBOK CIEBIE?  
DZWOŃ POD 112!**

TO OGÓLNY, BEZPŁATNY NUMER ALARMOWY. OSOBA,  
Z KTÓRĄ SIĘ POŁĄCZYSZ, SKIERUJE DO CIEBIE  
ODPOWIEDNIĄ POMOC.

WYBIERZ

# 112

GDY WIDZISZ:

- > POŻAR
- > WYPADEK
- > KRADZIEŻ
- > PRZEMOC
- > SYTUACJĘ GROŻNĄ  
DLA ZDROWIA I ŻYCIA



## ciekawostka

# 112

**CZY WIESZ, ŻE 112 TO NUMER ALARMOWY DZIAŁAJĄCY NIE TYLKO W CAŁEJ UNII EUROPEJSKIEJ,  
ALE I W WIELU INNYCH CZĘŚCIACH ŚWIATA?**  
DZWOŃĄC POD 112 UZYSKAMY POMOC, MIĘDZY INNYMI, W ZIMBABWE I W INDIACH.  
112 MOŻNA WYBRAĆ NIE ODBLOKOWUJĄC TELEFONU, A NAWET NIE MAJĄC W NIM KARTY SIM.



WIELU  
MAŁYCH  
BOHATERÓW  
URATOWAŁO  
INNYCH,  
**BO UMIELI  
ZADZWONIĆ  
PO POMOC!**



## DZWOŃISZ I CO DALEJ

1. PRZEDSTAW SIĘ
2. OPISZ KRÓTKO SYTUACJĘ  
DO JAKIEJ DOSZŁO  
- CO SIĘ WYDARZYŁO, ILU JEST  
POSZKODOWANYCH
3. POWIEDZ, GDZIE JESTEŚ.  
JEŚLI NIE ZNASZ ADRESU, OPISZ  
CHARAKTERYSTYCZNE RZECZY,  
KTÓRE CIĘ OTACZAJĄ
4. UWAGAŃIE SŁUCHAJ,  
CO MÓWI OPERATOR - BĘDZIE  
PODPOWIADAŁ, JAK MASZ SIĘ  
ZACHOWAĆ ZANIM PRZYJEDZIE  
POMOC
5. NIE ROZŁĄCZAJ SIĘ, POCZEKAJ,  
AŻ ZROBI TO OPERATOR



**PO DRUGIEJ STRONIE  
SŁUCHAWKI SĄ OSOBY, KTÓRE  
CHCĄ CI POMÓC. STARAJ SIĘ  
MÓWIĆ SPOKOJNIE I WYRAŹNIE.  
NIE WSTYDŹ SIĘ. PAMIĘTAJ,  
NIGDY NIE WYBIERAJ  
NUMERÓW ALARMOWYCH  
DLA ŻARTÓW!**

# Quiz

na tropie bezpieczeństwa!

Znasz już porady z naszej książeczki. Teraz sprawdź swoją wiedzę!

## 1 Korki opanowały miasto...

**a** Patrzymy w lewo, potem w prawo i znowu w lewo. Sprawdzamy, czy jezdni jest wolna i w drogę!

**b** Już biegnę!

Filip, przejdź między samochodami. Będziemy szybciej!!!

Wskaż poprawne zachowanie!!

tu wpisz poprawną literkę

## 2 Sam w domu...

PUK, PUK!!!  
Mama prosiła, żebym zostawił tu was przesyłkę. Wpuść mnie, proszę.

Nie otwieram nieznanym!

Rodziców nie ma, ale może pan zostawił paczkę.

tu wpisz poprawną literkę



## 3 Na drodze...

**a** Nie ma chodnika, więc złapmy się za ręce i chodzimy razem!

**b** Idźcie za mną, GESIEGO! Lewą stroną szosy!

tu wpisz poprawną literkę

## 4 W czasie burzy...

**a** Ukryjmy się w wąwozie i przeczekajmy burzę! Potem wrócimy do domu.

**b** Podpowiedzi znajdziesz na stronach: 6-7, 14-15, 16-17

tu wpisz poprawną literkę

Ala ulewa! Schowam się pod drzewem.

# K O N K U R S Y

### 3.

**CZY PAMIĘTASZ  
O ODBLASKACH?**



Narysuj  
lub zaprojektuj  
**CIEKAWY ODBLASK**,  
który mógłby  
towarzyszyć Ci zawsze  
- w drodze do szkoły  
czy na wycieczce.

Na prace w formacie maks. A3 czekamy **do 5.07.2016 r.**

Prosimy wysłać je na adres mailowy

[tujestsuper@expressmedia.pl](mailto:tujestsuper@expressmedia.pl) lub pocztowy ul. Podmurna 31,  
87-100 Toruń. Prace muszą zawierać: imię, nazwisko, numer telefonu  
opiekuna oraz tytuł książeczki „TU JEST SUPER - TU JEST BEZPIECZNIE!”.

Do wygrania: - PLECAK TURYSTYCZNY, - HULAJNOGA I OCHRANIACZE

Wiesz, że nie wolno  
otwierać drzwi  
nieznajomym  
i rozmawiać z nimi  
przez Internet?



WYMYŚL  
HASŁO, KTÓRE BĘDZIE  
OSTRZEGAĆ PRZED  
ROZMOWAMI  
I KONTAKTAMI  
Z OBCYMI OSOBAMI.



### 4.

Na hasła czekamy **do 5.07.2016 r.**  
Prosimy wysłać je na adres mailowy  
[tujestsuper@expressmedia.pl](mailto:tujestsuper@expressmedia.pl) lub pocztowy  
ul. Podmurna 31, 87-100 Toruń. Zgłoszenia  
muszą zawierać: imię, nazwisko, numer telefonu  
opiekuna oraz nazwę książeczki  
„Tu jest super - tu jest bezpiecznie!”.

### 5.



Lubisz jeździć  
z rodzicami nad morze?  
Albo kąpać się  
w jednym z pięknych jezior  
w naszym regionie?

OPISZ KĄPIELISKO  
(W MAKSYMALNIE OŚMIU ZDANIACH),  
KTÓRE WEDŁUG CIEBIE  
JEST BEZPIECZNE.

Na pomysły czekamy **do 5.07.2016 r.**

Prosimy wysłać je na adres mailowy:

[tujestsuper@expressmedia.pl](mailto:tujestsuper@expressmedia.pl) lub pocztowy:

ul. Podmurna 31, 87-100 Toruń. Zgłoszenia

muszą zawierać: imię, nazwisko, numer

telefonu opiekuna oraz nazwę książeczki

„TU JEST SUPER - TU JEST BEZPIECZNIE!”.

Do wygrania: - PLECAK TURYSTYCZNY, - HULAJNOGA I OCHRANIACZE

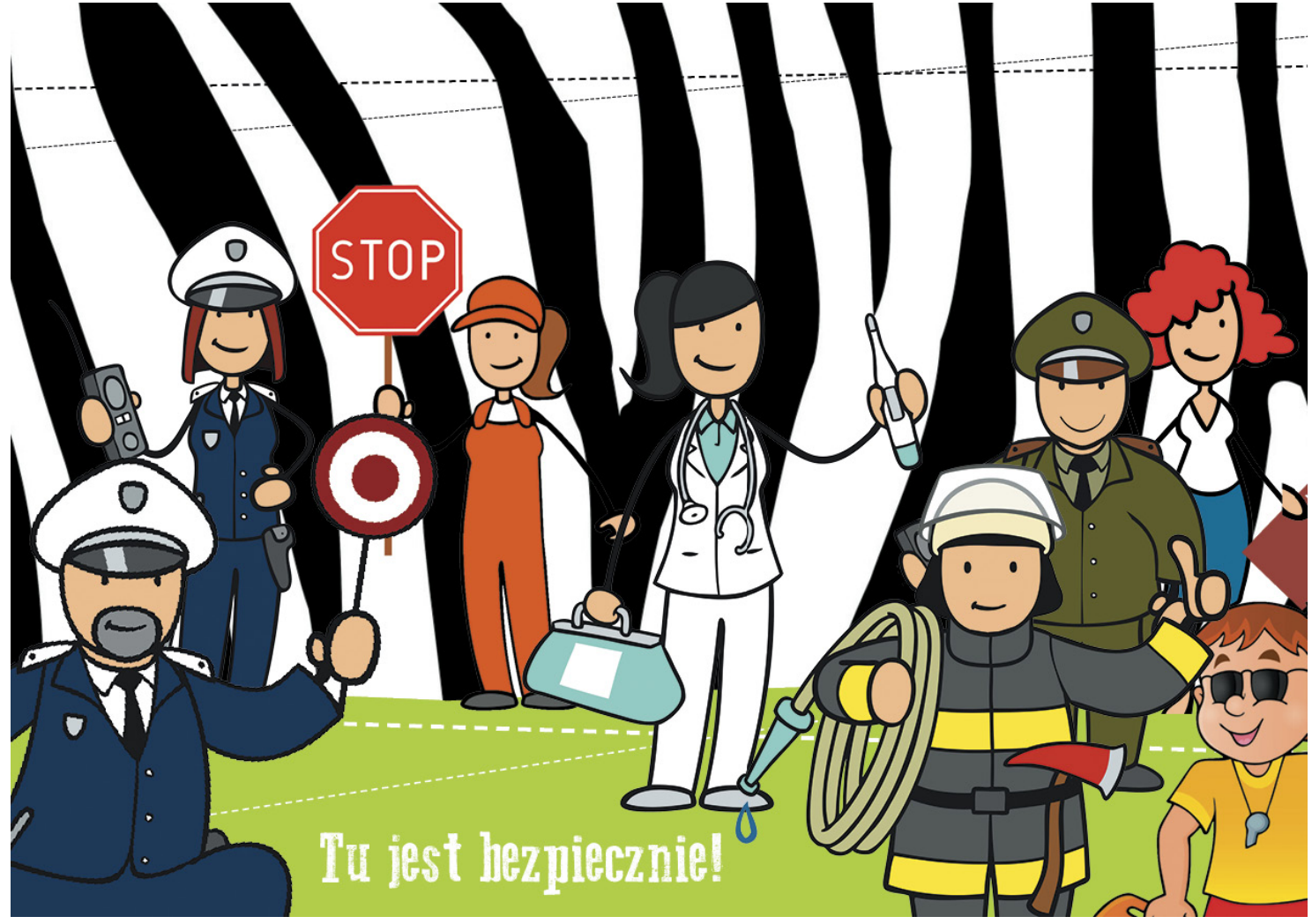
### 6.

Na jakim świetle można przechodzić  
przez jezdnię? A na jakim koniecznie  
trzeba zacząć?



Napisz krótką rymowaną lub  
wierszyk, które będą mówić  
o tym, kiedy można bezpiecznie  
przechodzić przez jezdnię.  
Niech w Twojej pracy znajdują się  
najważniejsze zasady poruszania  
się pieszych po drodze.

Na rymowanki i wierszyki czekamy **do 5.07.2016 r.** Prosimy wysłać je na adres mailowy: [tujestsuper@expressmedia.pl](mailto:tujestsuper@expressmedia.pl) lub pocztowy:  
ul. Podmurna 31, 87-100 Toruń. Zgłoszenia muszą zawierać: imię, nazwisko, numer telefonu opiekuna oraz nazwę książeczki „Tu jest super - tu jest bezpiecznie!”.



Tu jest bezpiecznie!