

Διακοπές στο βουνό, χωρίς τον φόβο ατυχημάτων

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Είστε λάτρεις του βουνού και για ακόμη μια χρονιά οι καλοκαιρινές διακοπές είναι μια πρώτης τάξεως ευκαιρία να επισκεφθείτε το σπίτι στο χωριό. Όταν όμως υπάρχουν παιδιά, τα ατυχήματα και οι κακοτοπιές πάντα παραμονεύουν. Καλό θα είναι εκτός από το πακετάρισμα των αποσκευών σας και τα είδη πρώτης ανάγκης που θα πάρετε μαζί σας να είστε ενημερωμένοι για το πώς θα πρέπει να κινήστε και να συμπεριφέρεστε ώστε να μην βρεθείτε προ εκπλήξεως και οι διακοπές πάρουν ανεπιθύμητη τροπή.

Μην ξεχνάτε ότι πολλές φορές δίνουμε έμφαση σε λιγότερο πιθανούς κινδύνους με αποτέλεσμα να μην παίρνουμε στα σοβαρά κινδύνους που μπορούν να συμβούν ανά πάσα στιγμή. Τσιμπήματα και μικροατυχήματα είναι λίγο έως πολύ αναμενόμενο να συμβούν αλλά για όλα τα υπόλοιπα μικροί και μεγάλοι ας κάνετε μια επανάληψη για να είστε σίγουροι ότι τίποτα δεν θα σας χαλάσει τις διακοπές.

Το Σωματείο «Αντιμετώπιση Παιδικού Τραύματος» μας συμβουλεύει τι θα πρέπει να έχουμε κατά νου όταν πάμε διακοπές στο βουνό:

Κατάλληλο ντύσιμο:

στην πεζοπορία κατάλληλα υποδήματα και καπέλο

στην ποδηλασία κράνος ασφαλείας και σωστά παπούτσια στο rafting εγκεκριμένα σωσίβια και κράνος.

Γενικά όλα τα αθλήματα του βουνού, όπως αναρρίχηση, ανάβαση, ελεύθερη πτώση κλπ. καλόν είναι να γίνονται σε οργανωμένες ομάδες υπό την επιτήρηση ειδικών, να ακολουθούνται αυστηρά οι κανόνες ασφαλείας και να χρησιμοποιείται ο κατάλληλος εξοπλισμός.

Να μάθουμε στα παιδιά να αναγνωρίζουν τα δηλητηριώδη έντομα και ερπετά της περιοχής και πώς να αποφεύγουν ατυχήματα που προέρχονται από αυτά.

Να αποφεύγουν να περπατούν μέσα σε ψηλά χόρτα, αλλιώς να κάνουν θόρυβο για να απομακρύνουν τα φίδια που μπορεί να κρύβονται σε αυτά.

Να μη χώνουν τα χέρια τους σε χαραμάδες και κάτω από πέτρες, γιατί εκεί μπορεί να βρίσκονται φίδια και δηλητηριώδη έντομα όπως οι σκορπιοί.

Να μάθουμε στα παιδιά ότι γενικά τα ζώα γίνονται επικίνδυνα όταν αισθάνονται ότι απειλούνται, είναι άρρωστα ή προστατεύουν τα μικρά τους, την τροφή τους, την κατοικία τους, ακόμα και το αφεντικό τους.

Κατά κανόνα τα παιδιά πρέπει να μάθουν να σέβονται όλα τα ζώα. Στην εξοχή τα παιδιά μπορεί να συναντήσουν ζώα μη κατοικίδια, όπως τσοπανόσκυλα, μουλάρια, γαϊδούρια κ.α. που δεν είναι συνηθισμένα σε κόσμο. Στην περίπτωση αυτή, θέλει προσοχή εκ μέρους των παιδιών για να μην προκληθούν σοβαρά ατυχήματα.

Να βεβαιωθούμε ότι στην περιοχή δεν υπάρχουν ποτάμια, πηγάδια, στέρνες και άλλα μέρη αποθήκευσης νερού. Σε περίπτωση που υπάρχουν, να εξηγήσουμε την επικινδυνότητά τους στα παιδιά και να τα αποτρέψουμε να παίζουν δίπλα τους.

Τα παιδιά μακριά από σπίρτα, φωτιά και γκαζάκια. Όταν κρίνουμε ότι είναι πλέον ώριμα και υπεύθυνα, να τους μάθουμε πώς να τα μεταχειρίζονται σωστά.

Να βεβαιωθούμε ότι δεν υπάρχουν δηλητηριώδη φυτά στην περιοχή πχ. μανιτάρια, και ας μάθουμε στα παιδιά μας να τα αναγνωρίζουν και να μην τα αγγίζουν.

Να προσέχουμε τις καλοκαιρινές καταιγίδες. Ας μάθουμε στα παιδιά μας να μη στέκονται κάτω από δέντρα και ηλεκτρικά καλώδια και να μην κολυμπούν, όταν πέφτουν κεραυνοί.

Πηγή: infokids.gr