

Hurá na prázdniny, ale bezpečně

24.6.2026 - Hana Kroftová | Policie ČR

Opatrnost a ohleduplnost musí jít ruku v ruce.

Konec školního roku a začátek letních prázdnin s sebou neodmyslitelně přinášejí zvýšený provoz na silnicích, volný čas dětí, cestování a letní aktivity spojené se specifickými výzvami. Abyste si následující dva měsíce užili bez zbytečných úrazů a nehod, připravili jsme přehled klíčových preventivních rad.

Letní měsíce patří z pohledu statistik k těm nejrizikovějším. V loňském roce došlo v Plzeňském kraji k **4 791 dopravním nehodám**, při kterých vyhaslo **35 lidských životů**, z toho **6 lidí zemřelo přímo během letních prázdnin, 17 jich bylo zraněno těžce a 352 utrpělo lehké zranění**. Stále mezi nejčastější příčiny dopravních nehod patří nesprávný způsob jízdy a nepřiměřená rychlost.

Policisté se v těchto posledních školních dnech zaměří na dohled v okolí škol a na hlavních silničních tazích. Mimo to budou klást velký důraz také na preventivní činnost. Během prázdnin se tak s nimi můžete setkat v rámci celé řady preventivních projektů, ať již těch celorepublikových či krajských.

Bezpečně u vody: Tento dlouholetý projekt má za cíl varovat veřejnost před riziky spojenými s pobytem na vodních plochách a v jejich bezprostředním okolí. Právě včera realizovali policisté krajského ředitelství na plzeňském Boleveckém rybníku preventivní aktivitu pro žáky z několika škol našeho kraje. Všichni přítomní si mohli na vlastní kůži vyzkoušet záchranu tonoucího, házení záchranným lanem, tematický kvíz nebo si projít připravenou stopovačku. Nechyběla ani možnost prověřit si fyzickou zdatnost při ukázkových testech fyzické způsobilosti k policii.

Na kole jen s přilbou: V rámci tohoto celorepublikového projektu bude osvěta směřovat k cyklistům. Hlavním cílem je upozorňovat na rizika a vyzdvihovat zásadní význam používání cyklistické přilby.

Bezpečná Šumava: S regionálními projekty policisté zamíří mezi návštěvníky Šumavy. Budou je upozorňovat na to, že ačkoliv se pohybují v jednom celistvém přírodním území, na české a německé straně hranice platí odlišné zákony a pravidla.

Bezpečné Brdy: Chybět nebude ani projekt zaměřený na Chráněnou krajinnou oblast Brdy. Policisté navštíví oblíbená turistická místa, kde budou s lidmi diskutovat o tom, jak se v této CHKO chovat správně a hlavně bezpečně.

Několik pravidel...

Na cestách autem: Bezpečná jízda během prázdnin

Pokud plánujete výlet autem nebo na dovolenou, nezapomeňte na několik důležitých bezpečnostních opatření.

- **Plně se soustředte na řízení** – Při řízení nikdy nedělejte nic, co by vás mohlo rozptýlit – telefonování, jídlo nebo čtení mapy. Soustředění je klíčové, zejména na dlouhých cestách, kde může dojít k únavě.
- **Dělejte pravidelné přestávky** – Při delších cestách dbejte na pravidelné přestávky na odpočinek, občerstvení a protažení. Únava může vést k nebezpečným situacím na silnici. Délka přestávky by

měla odpovídat potřebám vašeho těla - například každé dvě hodiny jízdy by měla následovat krátká pauza.

· **Kontrola vozidla** - Před každou cestou si zkontrolujte, zda je vaše vozidlo v dobrém stavu. Zkontrolujte pneumatiky, hladinu oleje, brzdovou kapalinu a všechny ostatní důležité součásti, aby nedošlo k poruše na cestě.

Cyklistika: Pravidla pro bezpečnou jízdu na kole

Cyklisté jsou v silničním provozu jedněmi z nejzranitelnějších účastníků, a proto je důležité dodržovat všechny bezpečnostní zásady, abyste minimalizovali riziko nehody.

· **Reflexní prvky jsou povinnost** - Nezapomeňte, že nejen kolo, ale i vaše oblečení by mělo být vybaveno reflexními prvky. Tyto prvky výrazně zvyšují vaši viditelnost v noci nebo za špatných povětrnostních podmínek, což může být rozhodující při snížené viditelnosti.

· **Děti na kole** - Děti do 10 let by neměly jezdit na kole bez dozoru dospělé osoby, zvláště na frekventovaných silnicích. Také by měly mít povinnou výbavu - přilbu, správně nastavenou, která je pro ochranu jejich zdraví naprosto zásadní.

· **Kolo v dobrém stavu** - Před každou jízdou si zkontrolujte technický stav kola - brzdy, pneumatiky, odrazky a světla. Pokud plánujete delší výlet, nezapomeňte na náhradní duši, pumpu a základní nářadí pro opravy.

· **Budte ohleduplní vůči ostatním účastníkům provozu** - Ujistěte se, že víte, jak se chovat na silnici - dodržujte pravidla silničního provozu, signalizujte směry a vždy dávejte přednost chodcům na přechodech.

Před odjezdem na dovolenou: Jak zajistit svůj domov

Odjezd na dovolenou je vždy vzrušující, ale než se vydáme na cesty, je nutné věnovat několik minut přípravám doma, aby se nám po návratu nevrátili „nepříjemní hosté“.

· **Nezveřejňujte informace o odjezdu** - Nezapomeňte, že zveřejnění fotek nebo statusů na sociálních sítích, které ukazují, že jste na dovolené, může lákat zloděje. Důležité je mít na paměti, že zloděj může snadno zjistit, že je váš domov prázdný. Pokud fotky sdílíte, raději až po návratu.

· **Zabezpečte svůj domov** - Zkontrolujte, zda jsou všechna okna a dveře řádně uzamčena. Pokud máte alarm, ujistěte se, že je aktivován. Zaměřte se i na menší vchody, jako jsou okna sklepů nebo balkonů, které bývají často přehlíženy.

· **Cennosti uložte na bezpečné místo** - Cennosti, peníze, doklady a další důležité věci nechte v trezoru nebo alespoň dobře schované na místě, které by bylo těžké najít.

· **Požádejte o pomoc přítele nebo rodinu** - Pokud odjíždíte na delší dobu, zvažte, zda někoho požádat, aby vám vyzvedával poštu a občas zkontroloval váš dům. To může pomoci vytvořit dojem, že je doma někdo přítomen.

U vody: Jak se chovat bezpečně

Léto a koupání k sobě neodmyslitelně patří, ale je důležité dbát na správné chování u vody, aby nedošlo k nešťastným událostem.

· **Děti by měly být u vody vždy pod dohledem** - Nezanedbávejte děti u vody bez dozoru, a to ani na chvíli. Děti jsou při koupání náchylnější k nehodám a i chvilková nepozornost může vést k neštěstí.

· **Pozor na neznámé vodní plochy** - Pokud se rozhodnete pro koupání v přírodní vodní ploše, vždy si zjistěte, jaká je kvalita vody a jaké jsou její rizika. Neznámá místa mohou skrývat nebezpečí, jako

jsou silné proudy nebo podvodní překážky.

- **Plavecké pomůcky pro neplavce** - Pokud není někdo zcela zdatný plavec, vždy by měl mít odpovídající plavecké pomůcky, například nafukovací rukávky nebo vestu, které mohou výrazně snížit riziko utonutí.

- **Nikdy nenechávejte děti bez dozoru ani v domácím bazénu.** Vždy je mějte na očích a nikdy neplavejte s dětmi v bazénu, pokud jste unavení nebo pod vlivem alkoholu.

Děti doma bez dozoru: Pravidla pro bezpečí dětí

Pokud vaše dítě zůstává doma samo, je nutné si s ním předem stanovit jasná pravidla.

- **Ochrana před telefonáty** - Naučte dítě, že nesmí zvedat telefon, pokud volá neznámé číslo. Vysvětlete mu, že nikdy nesmí sdílet osobní údaje ani informace o vaší nepřítomnosti.

- **Otevření dveří neznámým osobám je zakázáno** - Děti by nikdy neměly otevírat dveře, pokud neví, kdo je za nimi. Pokud si nejsou jisté, měly by zavolat rodičům nebo se držet dál od dveří.

- **Správné chování na ulici** - Děti by se nikdy neměly bavit s cizími lidmi na ulici, v parku nebo na hřišti. Naučte je, jak správně reagovat v případě, že by se cítily ohrožené.

- **Bezpečné ukládání klíčů a peněženek** - Klíče od bytu nebo peněženku nikdy nenoste na viditelném místě, aby je dítě nepostrádalo nebo neukazovalo cizím lidem.

Děti na internetu: Jak je chránit před nebezpečím online

V dnešní době tráví děti stále více času na internetu, a proto je nutné mít na paměti několik základních pravidel pro bezpečné používání online světa.

- **Stanovte časový limit pro používání elektroniky** - Dohodněte se s dětmi, jak dlouho mohou být na internetu nebo hrát hry.

- Důležité je zajistit rovnováhu mezi online aktivitou a fyzickým pohybem, aby děti nepopustily kontrolu nad časem stráveným u obrazovky.

- Aby rodiče zajistili ochranu dětí v době, kdy tráví čas na internetu, mají možnost využít různé mobilní aplikace a s jejich pomocí tak blokovat nevhodný obsah nebo mimo jiné nastavit limit pro čas strávený u obrazovky.

- Učte své děti, aby posuzovaly a vyhodnocovali informace, které se na sociálních sítích a na internetu dozví - je důležité vyhledávat ověřená fakta...

- Dítě musí vědět, že nesmí s nikým sdílet intimní fotografie a videa. Připomínejte jim, že, jakmile jednou na internet umístí citlivou fotografii, je prakticky nemožné ji zcela vymazat a může se náhodně objevovat na internetu, a to neomezeně dlouho.

Těšíme se na setkání s vámi u našich letních preventivních aktivit! Každopádně vám všem přejeme pohodové prázdniny bez nehod a úrazů. Užijte si léto s rozumen a ve zdraví!

kpt. Bc. Hana Kroftová

24. června 2026

<https://policie.gov.cz/clanek/hura-na-prazdniny-ale-bezpecne.aspx>