

Prázdniny, děti, lyže.

26.1.2025 - Marek Fryš | Horská služba ČR

Proto se musíme zaměřit na oba aspekty prevence vzniku dětských úrazů. Prvním je dobrá příprava na lyžařské prázdniny. Je třeba nezapomenout na kontrolu správného seřízení bezpečnostního vázání a dalších pomůcek a vybavení, které budou děti používat. V rámci samotného lyžování se snažte nepřeceňovat síly Vašeho dítěte. Určitě není ostudou svěřit na první dny lyžování Vaše dítě do rukou profesionálních lyžařských instruktorů. Každý z nás si jistě zažil situaci, že cizímu člověku dítě méně odporuje a navíc profesionál mnohokrát hned v počátku odstraní chybičku v technice, které bychom si nevšimli.

S tím druhým aspektem, a to sice s rizikem srážky, jsme schopni také něco udělat. Pokud jste dali dítě do lyžařské školy všimli jste si, že používají **reflexní vesty**. Není to jenom aby měli přehled o své skupince, ale viditelnost dětí na svahu je opravdu výrazně vyšší. Vesta se dá pochopitelně nahradit lyžařským oblečením v luminiscenčních barvách. **99% dětí nevyráží dnes na lyže bez lyžařské helmy.** Je dobré na tuto helmu umístit nějaký svítící prvek pro případ mlhy, ve které budete s dětmi lyžovat. Červená led svítílna na zadní části helmy zvyšuje výrazně viditelnost dítěte za horší viditelnosti. A pokud budou vaše děti chtít, můžete jim na helmu pořídit třeba svítící růžky. Investice to není velká a za bezpečí dětí to stojí.

Krásné prázdniny, hodně zážitků při lyžování a pobytu na horách Vám přejí členové Horské služby.

<https://www.horskasluzba.cz/cz/aktualni-informace/aktualne/tiskove-zpravy/3679-prazdniny-deti-lyze>