

2025. JÚLIUS

ELBIR
ELEKTRONIKUS
BÜNMEGELŐZÉSI
INFORMÁCIÓS HÍRLEVÉL

KOMÁROM-ESZTERGOM VÁRMEGYEI RENDŐR- FŐKAPITÁNYSÁG

A K-E VMRFK Bűnügyi Osztály Bűnmegelőzési Alosztály lakossági és iskolai hírlevele

JELES NAPOK

- Július 1.
Simmelweis nap
- Július 1.
A magyar
köztisztviselők
napja
- Július 15.
Bíróságok napja
- Július 30.
Barátság világnap

A tartalomból:

Nyári kisokos	1-6.
Internet Hotline	3.



Fürdőzés természetes vizekben

**NYÁRI
KISOKOS**

A nagy hőségben jól esik az élővízben fürdőzés, azonban csak a kijelölt fürdőhelyeken. A változó vízmélység- és hőmérséklet különbség miatt a bányatavak különösen veszélyesek.

NE FELEDJE!

Tilos fürdőzni az alábbi helyszíneken:

- hajóútban, hajóutat és hajózási akadályt jelző bóják (úszók, villanók) 100 méteres körzetében, nagyhajók, úszómunkagépek és fürdés célját nem szolgáló úszóművek szintén 100 méteres körzetében;
- hidak, vízkivételi művek, egyéb vízi műtárgyak, komp- és révátkelőhelyek 100 méteres körzetében;
- kikötők, vesztéglő- és rakodóhelyek területén;
- kijelölt zárt vízisi és vízi motoros sporteszköz közlekedésére szolgáló pályák, valamint hajóállomások területén;
- egészségre ártalmas vizekben;
- határvizekben, városok belterületén lévő szabadvizekben, kivéve a kijelölt fürdőhelyeket és ott, ahol azt tiltó tábla jelzi!



Utazás – Legyen a megérkezés is élmény!

A nyaralás már az induláskor elkezdődik. Utazzon kényelmesen és körültekintően, hogy elkerülje a baleseteket és szerencsésen megérkezzen úti céljához.

FONTOS, HOGY

- Ne vezessen fáradtan. Ha kell, tartson pihenőt útközben.
- Ne használjon telefont, olyan eszközt vezetés közben, amely elvonja a figyelmét.
- Tervezze meg előre az útvonalát. Tájékozódjon az aktuális forgalmi és határátkelési helyzetéről, időjárásról, alternatív útvonalról.
- Őrje vagyonát! Ne hagyjon értékeket a járműben látható helyen, különösen pihenőkénél.
- Kisállatot, gyermeket még néhány percre se hagyjon a felmelegedett autóban.

Utazzon okosan, érkezzen biztonságban és élvezze a nyarat!



TUDTAD?

Nagy a valószínűsége, hogy azok az otthonok, ahova már egyszer betörték, később is célpontot jelentenek majd a betörőknek csak úgy, mint a környező házak.



**A TE MUNKÁD.
A KÖZÖSSÉGED BIZTONSÁGA.**

A jól biztosított otthon, a nyugalom záloga.

A BELSŐ BIZTONSÁGI ALAP TÁMOGATÁSÁVAL




Szállásfoglalás figyelmesen

**NYÁRI
KISOKOS**

Nyáron többen keresnek és foglalnak szállást online, azonban ez számos veszélyt is rejtethet, ezért különösen fontos, hogy körültekintően és tudatosan járjon el.

FONTOS, HOGY

- Csak megbízható oldalon foglaljon! Ne kattintson ismeretlen forrásból származó linkre.
- Ügyeljen arra, hogy soha ne adja ki banki adatait! A hivatalos foglaló oldalakon sosem kérnek külön utalást üzenetben vagy e-mailen.
- Ne hagyja magát sürgetni még akkor sem, ha a foglalás törlésével fenyegetik.
- A rendkívül olcsó szállás, utazás legyen gyanús.

Szülők iskolája. Minden szülői odafigyelés számít!

MENNYI IDŐT TÖLTHET A KÉPERNYŐ ELŐTT?

A legtöbb gyerek a javasoltnál sajnos sokkal több képernyőt néz. Hálátlan feladat, de a szülőknek törekedniük kell a korlátok kialakítására és betartására. Ugyanilyen fontos: kisebb gyermekek csak a szülő jelenlétében töltsenek időt a képernyő előtt!

18 HÓNAP ALATT

0 óra

A szakértők és szakmai szervezetek egyöntetű állásfoglalása, hogy **másfél éves kor alatt a gyerek ne találkozzon képernyőkkel** – kivételt képezhet egy-egy közös családi videobeszélgetés.

18–24 HÓNAP

0–30 perc

Többen (pl. a WHO*) ebben a korban is a képernyőidő mellőzésére biztatnak, a megengedőbbek (pl. az AAP**) szerint legfeljebb fél órányi, kicsiknek készített, oktató műsort lehet nézni, a **szülőkkel közösen**.

2–5 ÉV

30–60 perc

Öt éves kor alatt a WHO és az AAP **legfeljebb egy óra** képernyőidőt javasol, mindig a **szülő jelenlétében**, szüneteket tartva, legalább **másfélszer annyi fizikai mozgással**, pontos napi rutinhoz kötött **10 óra alvással**.

6–17 ÉV

2 óra

Szülői szempontból talán a **legkritikusabb időszak**, kulcsfontosságú a **rendszeresség és a szabályok kialakítása**, betartása. A napi két óránál jelentősen több képernyőidő számos későbbi probléma forrása lehet.

18 ÉV FÖLÖTT

2–4 óra

Fontos, hogy felnőttként is igyekezzünk korlátok között tartani a képernyőidőt. **Az egész digitális világ a figyelmünkre pályázik**, ennek tudatában használjuk okoseszközünket!

Alkalmazzon digitális szülői felügyeletet mobil eszközökön is!

Merj segítséget kérni, ha online visszaélés áldozatává váltál!

Mi az Internet Hotline?

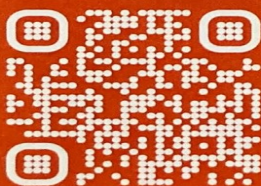
Internetes tájékoztató és segítségnyújtó szolgálat, ahol az online elérhető jogsértő vagy kiskorúakra káros tartalmakról lehet bejelentést tenni e-mailben vagy űrlapon keresztül, akár név nélkül is.

Mit lehet bejelenteni?

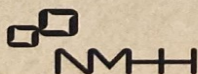
- 1 Hozzájárulás nélkül közzétett tartalom
- 2 Gyermekepornográfia
- 3 Online zaklatás
- 4 Adathalász tartalom
- 5 Rasszista, közösség ellen uszító tartalom
- 6 Illegális pszichoaktív szerek népszerűsítésére, fogyasztására felhívó tartalom
- 7 Erőszakos illegális cselekményre felhívó, azt népszerűsítő tartalom
- 8 Kiskorúakra káros tartalom

Tegyél bejelentést az Internet Hotline-hoz:

internethotline@internethotline.hu



internethotline.hu





Egyedül is biztonságban

**NYÁRI
KISOKOS**

A nyári időszakban a gyerekek többsége táborba megy, nagyszülőkhöz utazik, vagy koruknál és érettségüknel fogva otthon marad.

FONTOS, HOGY

- Semmilyen körülmények között ne nyissanak ajtót idegeneknek.
- Szüleik tudta és engedélye nélkül ne menjenek el otthonról.
- Telefonon mindig legyenek elérhetőek a szüleiknek.
- Idegen, ismeretlen, vagy telefonszám nélküli hívást ne vegyenek fel.
- Ismerjék a vészhelyzet esetén hívható **112-es segélyhívószámot!** (pl. tüzeset, rosszullét, baleset stb. esetén)
- Amennyiben rendkívüli helyzet történik, azonnal telefonáljanak a szüleiknek.



Lazítson okosan!

*A nyár a pihenésről szól, de a tolvajok
ilyenkor sem vesznek ki szabadságot.*

*Egy őrizetlenül hagyott táska vagy nyitva
felejtett autó pillanatok alatt célponttá válhat.*

Tervezzon előre, figyeljen az értékeire, hogy ne lopják el az élményt sem!

FONTOS, HOGY

- A parkolóban hagyott járműben látható helyen ne maradjon érték.
- A strandon ajánlatos értékmegőrzőben tárolni az értékeket, vagy a csomagokra, táskákra felváltva vigyázni.
- Amennyiben a strandra nem visznek ékszereket, nagyobb mennyiségű készpénzt és a csomagjaikat nem hagyják felügyelet nélkül, akkor tulajdonképpen nem történhet meg, hogy lopás sértettjeivé válnak.

**NYÁRI
KISOKOS**



Általános segélyhívószám: 112

Ne feledjék, csak indokolt esetben használják!

Szerencsés minden ember, aki igaz barátot, barátokat tudhat maga mellett: jóban-rosszban kiállnak egymásért, sírásig nevetnek vagy nevetésig sírnak, titkokat őriznek és félszavakat is értenek. Adni és kapni: életre szóló emlékeket, tanácsokat, öleléseket. Bátorítást, megnyugtatót, hajnalig tartó beszélgetéseket.

2025. július 30. a barátság világnapja



Zárja ki a bajt!

**NYÁRI
KISOKOS**

A nyári szabadság idején sok otthon marad hosszabb ideig üresen, ez pedig kedvez a betörőknek. Az autókban hagyott értékek szintén könnyű célpontok. Néhány tudatos döntéssel megelőzheti a kellemetlenségeket!

FONTOS, HOGY

- Használjanak biztonsági zárat.
- Alkalmazzanak riasztóberendezéseket.
- A sűrű növényzet rejtekhelyül szolgálhat betörők számára!
- Amennyiben mégis betörték, úgy haladéktalanul értesítsék a rendőrséget az ingyenesen hívható **112-es hívószámon**.
- A bűncselekmény helyszínét NE változtassák meg!

