

PAMIĘTAJ O:

- Sprzątaniu po sobie. Nie zostawiaj na łące, w lesie, w górach i na plaży śmieci!
- Możliwych zmianach pogody, naładowanym telefonie.
- Przestrzeganiu zasad ruchu drogowego. Zadbaj o bezpieczeństwo swoje i innych!
- Bezpieczeństwie w sieci! Nie udostępniaj swoich danych osobowych.
- Nie zanurzaj się gwałtownie w wodzie po długim przebywaniu na słońcu.
- Uważaj na kleszcze i owady! Chroń się przed nimi odpowiednim ubiorem i preparatami.



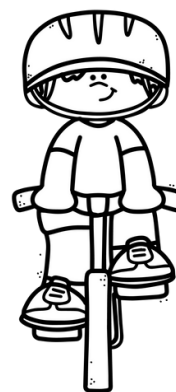
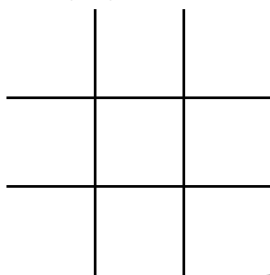
ULOTKĘ PRZYGOTOWAŁA :

MARTA MURAWSKA
ZNAJDŹ I OBSERWUJ MÓJ PROFIL NA:

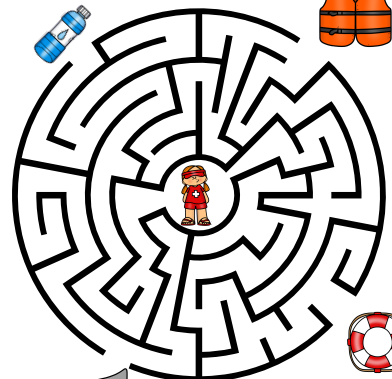


W WOLNYM CZASIE:

KÓŁKO I KRZYŻYK












POKOLORUJ










JESTEM BEZPIECZNY NA WAKACJACH

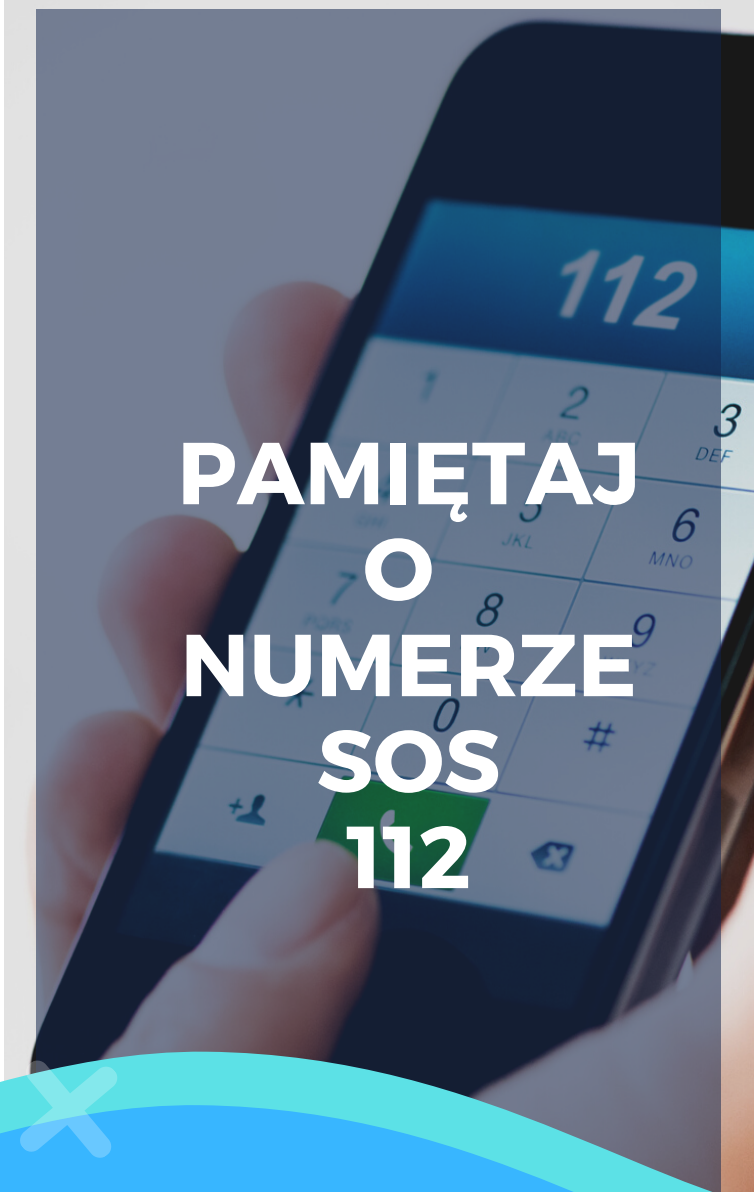
Podstawowe zasady ;)

NAD WODĄ I W MIEŚCIE

-  Nigdy nie rozmawiaj z nieznajomymi.
-  Używaj kremów z filtrem.
-  Chroń głowę i ciało przed słońcem.
-  Nie wchodź do wody bez opieki.
-  Zawsze słuchaj ratownika.
-  Zapinaj pasy w samochodzie.
-  Na rowerze, hulajnodze - załóż kask.
-  Przechodź przez jezdnię na zielonym świetle.
-  Pij dużo wody!

W GÓRACH I W LESIE

-  Zanim wyruszysz na spacer w górach, zaplanuj i sprawdź trasę, którą zamierzasz iść.
-  Zawsze wybieraj szlak, który będzie dla Ciebie łatwy.
-  Warunki w górach są zmienne, dlatego zaopatr się w odpowiedni strój, apteczkę i telefon komórkowy.
-  Poinformuj kogoś znajomego o tym, że ruszasz w trasę powiedz mu, jakim szlakiem zamierzasz iść.
-  Dbaj o porządek.
-  Latem w lesie łatwo o pożar, dlatego pamiętaj, aby nie rozpalaj w nim ognisk i nie wyrzucaj szklanych butelek, które mogą zaprószyć ogień po odbiciu światła.
-  Unikaj gęstych zarośli i nieznanymi ścieżek.



**PAMIĘTAJ
O
NUMERZE
SOS
112**

NUMERY DODATKOWE:

WOPR - 601 100 100 / 984
GOPR - 601 100 300 / 985

Pamiętaj, żeby dzwonić na numery alarmowe, tylko wtedy, gdy jest taka konieczność!

