

WAKACJE

Wakacje to cudowny czas zasłużonego odpoczynku! ;) Zapewne wielu z Was przeżywać będzie niezapomniane chwile czy podróże. Pamiętajcie jednak aby wakacje były czasem nie tylko radosnym, ale również bezpiecznym!



WAŻNY NUMER TELEFONU

GOPR
601 100 300



WAKACJE W GÓRACH



Pamiętaj:

W góry najlepiej wyruszyć wczesnym rankiem!

Zawsze podróżuj wyznaczonym szlakiem!



Zabierz ze sobą:

- prowiant,
- płaszcz przeciwdeszczowy,
- ciepłą odzież,
- możesz spakować również mapę :)



UWAGA!

Nigdy nie wychodzimy w góry podczas burzy (Zawsze należy wcześniej sprawdzić prognozę pogody!)



Pamiętaj:

Kąp się tylko w specjalnie wyznaczonych do tego miejscach, zawsze pod opieką osoby dorosłej!

Stosuj się do uwag i rad ratownika!



Na plaży chroń się przed nadmiarem słońca!

Stosuj kremy z filtrem UV!



UWAGA!

Skoki do wody mogą skończyć się kalectwem! Pamiętaj o tym!!!

Nigdy nie skacz do wody na głowę!

WAKACYJNA PRZYPOMINAJKA!



Nigdy nie rozpalaj ogniska w lesie!



Pamiętaj o stosowaniu preparatów przeciwko kleszczom!



Zawsze mów Rodzicom gdzie idziesz!

UWAGA NA SŁOŃCE!



Przed opaleniem zawsze zabezpiecz swoją skórę kremem z filtrem UV!

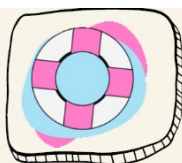


Pamiętaj o odpowiednim nawodnieniu Twojego organizmu w trakcie opalania!

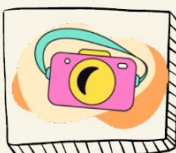


Nigdy nie zapominaj o nakryciu głowy i okularach przeciwsłonecznych!
Opalaj się wyłącznie w ruchu!

PAMIĘTAJ!



BAW SIĘ



ŚWIETNIE!



ENJOY
THE
HEAT!



NUMERY RATUNKOWE



998
STRAŻ POŻARNA



999
POGOTOWIE
RATUNKOWE



997
POLICJA

112



OGÓLNY NUMER
RATUNKOWY