

ZADBAJ O SWOJE BEZPIECZEŃSTWO NA WAKACJACH



Na ulicy:

- Zakładaj kask gdy jedziesz na rowerze, rolkach, motocyklu
- Bądź widoczny na drodze, noś odblaski
- Przestrzegaj przepisów drogowych

W lesie i w górach:

- Zabierz ze sobą telefon i apteczkę
- Weź ze sobą ciepłe ubrania i napoje
- Nigdy nie schodź ze szlaku
- Uważaj na kleszcze i owady
- Podczas burzy nie chowaj się pod drzewami

Na podwórku:

- Nie przebywaj za długo na słońcu
- Noś nakrycie głowy
- Pij dużo wody niegazowanej

Nad wodą:

- Nigdy nie skacz do wody
- Nie wchodź do wody rozgrzany
- Korzystaj z kąpielisk strzeżonych

Przy komputerze:

- Ogranicz czas przed komputerem
- Korzystaj z bezpiecznych stron
- Nie ufaj ludziom w Internecie

Podczas pandemii:

- Zachowuj dystans społeczny
- Unikaj skupisk ludzi
- Myj często ręce i noś maseczkę

Ważne numery do zapamiętania

POGOTOWIE	999
POLICJA	997
NUMER ALARMOWY	112