

# BEZPIECZNE WAKACJE

**NIEWAŻNE GDZIE SPĘDZASZ WAKACJE, PAMIĘTAJ O TYCH ZASADACH!**

## W MIEŚCIE CZY NA WSI

INFORMUJ GDZIE I Z KIM BĘDZIESZ PRZEBYWAĆ,  
NIE UFAY NIEZNAJOMYM,  
NOŚ ELEMENTY ODBŁASKOWE,  
NA ROWER, ROLKI, HULAJNOGĘ, ZAWSZE Z KASKIEM.

## NAD WODĄ

NIE WCHODŹ DO WODY BEZ OPIEKI,  
PŁYWAJ TYLKO W MIEJSCACH STRZEŻONYCH  
NIGDY NIE SKACZ "NA GŁOWĘ".

## NA PLAŻY

UŻYWAJ KREMÓW Z FILTREM,  
PIJ DUŻO WODY,  
NOŚ OKULARY Z FILTREM,  
CHROŃ GŁOWĘ PRZED SŁOŃCEM.

## W GÓRACH

NIE ODDALAJ SIĘ OD GRUPY,  
ZABIERZ TELEFON Z NAŁADOWANĄ BATERIĄ,  
ZAOPATRZ SIĘ W APTECZKĘ,  
STOSUJ ŚRODKI PRZECIW KLESZCZOM.

 **RATUNEK**



ZWRACAJ UWAGĘ NA OSOBY WOKÓŁ SIEBIE, CZY NIE POTRZEBUJĄ POMOCY  
**PAMIĘTAJ JAK WEZWAĆ POMOC:  NUMER ALARMOWY 112**

