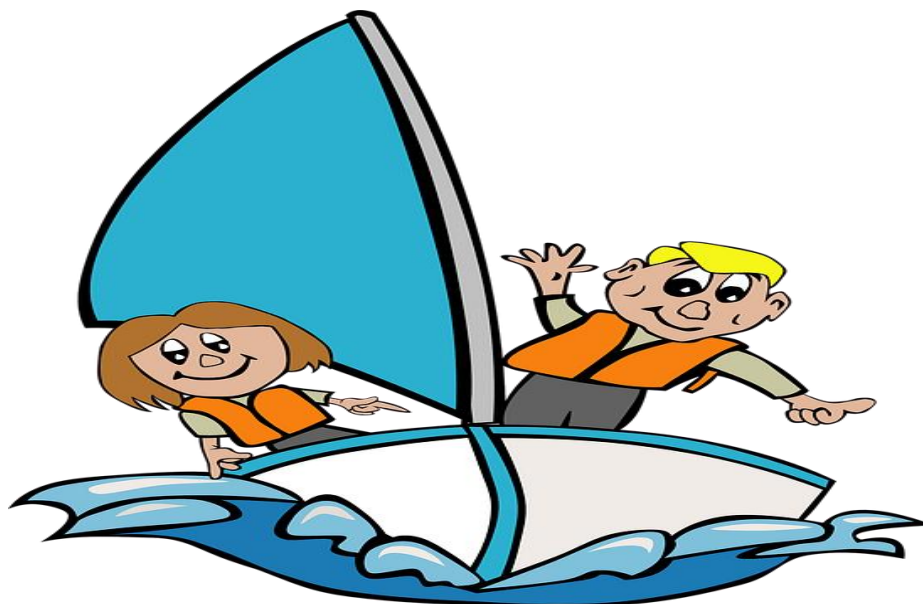


# BEZPIECZNE WAKACJE

Wakacje to okres, w którym znajdujemy czas na zabawę, relaks i drobne szaleństwa.



Nie mamy obowiązków związanych ze szkołą i nauką, więc możemy bez ograniczeń planować najróżniejsze przygody, w których będziemy brać udział. Niektórzy spotykają się z przyjaciółmi i wspólnie świetnie się bawią, inni wybierają się na rodzinne wyjazdy. Nikt nie siedzi w domu, kiedy za oknem mamy słoneczną, piękną, zachęcającą do wyjścia pogodę

Jednak wszyscy musimy pamiętać, że dobra zabawa nie zwalnia nas z obowiązku dbania o swoje i innych bezpieczeństwo. Jak powinniśmy postępować, aby wakacje zawsze kojarzyły nam się z samymi przyjemnościami? Wystarczy wykazać zdrowy rozsądek i pamiętać o .....kluczowych zasadach bezpieczeństwa.

# **KLUCZOWE ZASADY** **BEZPIECZEŃSTWA PODCZAS** **WAKACJI**

- 1. Zawsze informuj rodziców, gdzie i z kim przebywasz.**
- 2. Pamiętaj o zasadach bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię – przechodź na pasach dla pieszych i na zielonym świetle.**
- 3. Zawsze zapinaj pasy w samochodzie.**
- 4. Pamiętaj o numerach alarmowych. W razie potrzeby dzwoń i wezwij pomoc.**
- 5. Kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych, na strzeżonych i bezpiecznych kąpieliskach.**
- 6. Nie pływaj w czasie burzy, mgły, gdy wieje porywisty wiatr.**
- 7. Pamiętaj o ochronie przed słońcem. W czasie upałów pij dużo wody i zawsze noś nakrycie głowy. Przed wyjściem na zewnątrz posmaruj się kremem z filtrem.**
- 8. Zadbaj o właściwy ubiór – strój z elementami odbłaskowymi, kask ochronny podczas jazdy na rowerze czy odpowiednie buty w czasie wycieczki w góry.**



# **KLUCZOWE ZASADY** **BEZPIECZEŃSTWA PODCZAS** **WAKACJI**

- 9. W górach nie wyruszaj w trasę, jeśli widzisz, że nadchodzi burza.**
- 10. Szukaj bezpiecznego schronienia podczas burzy.**
- 11. Podczas górskich wycieczek nie schodź ze szlaku.**
- 12. Po każdym wyjściu z miejsc zalesionych dokładnie sprawdź skórę na obecność kleszczy.**
- 13. Uważaj na rośliny, na których się nie znasz. Niektóre jagody, liście czy grzyby są trujące.**
- 14. Podczas spacerów po lesie stosuj preparaty odpędzające owady i kleszcze.**
- 15. Nie rozpalaj ogniska w lesie.**
- 16. Bądź rozsądny i zachowaj umiar we wszystkim, co robisz.**

**Życzymy udanych wakacji!**

