

BEZPIECZNE Ferie Zimowe

Porady dla uczestników wypoczynku zorganizowanego

NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

- * ubierz się ciepło
- * nie zjeżdżaj na sankach w pobliżu jezdni
- * nie wchodź na zamrożone zbiorniki wodne
- * zachowaj rozsądek w sportach zimowych
- * bądź widoczny na jezdni - miej "odblaski"

HIGIENA

- * myj się
- * nie używaj wspólnych ręczników, przyborów toaletowych, kosmetyków
- * dbaj o czystość, porządek i wietrzenie swojego pokoju
- * ćwicz, bądź aktywny fizycznie
- * jedz zdrowo
- * myj ręce przed jedzeniem
- * kupując żywność, sprawdź datę ważności
- * nie pij i nie jedz ze wspólnych naczyń
- * nie dawaj "gryza"
- * zapobiegaj chorobom

W CHOROBIE

- * lecz nawet lekkie przeziębienia
- * korzystaj z rady i pomocy lekarza - on jest po to, by Ci pomóc

UWAŻAJ

- * nie ufaj obcym
- * nie podchodź do dzikich zwierząt
- * zapobiegaj wypadkom
- * nie oddalaj się od grupy na wycieczkach, na stoku



POMOC



Pogotowie 999
Policja 997
Numer alarmowy 112

Nieprawidłowości w zakresie wypoczynku dzieci i młodzieży zgłaszaj pod całodobowy numer interwencyjny 32 207 70 77