



**Używaj kremów z filtrem przeciwsłonecznym
i noś czapkę w słoneczne dni.**



Pij dużo wody. Szczególnie podczas upałów.



**Na zewnątrz trzymaj się blisko rodziców
lub opiekunów.**



**Jeżeli zaczepia Cię ktoś obcy, krzycz
najgłośniej jak potrafisz i uciekaj.**



**Pływaj tylko w miejscach dozwolonych,
pod stałą kontrolą ratowników.**



**Pamiętaj o noszeniu kamizelki ratunkowej
i odpowiednim sprzęcie do pływania.**



**W razie napotkania dzikiego zwierzęcia,
zachowaj spokój i powoli się wycofaj.
Nie głośzcz obcych zwierząt.**



**Na wycieczce stosuj się do zaleceń zawartych
na znakach i tablicach informacyjnych.**



Nie rozpalaj ognisk w lasach i na łąkach. Nie zostawiaj śmieci, które mogą wywołać pożar.



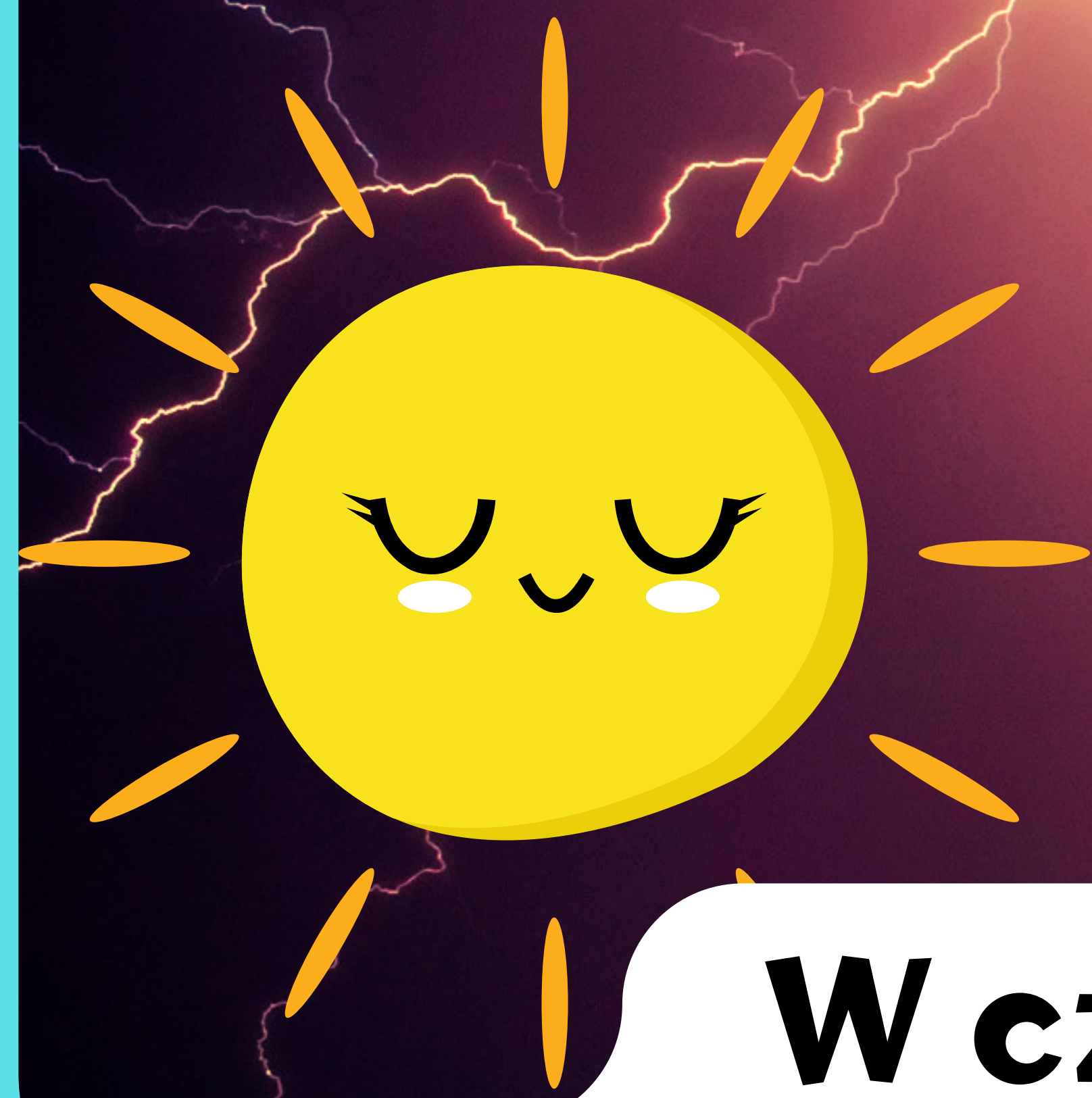
**Na łonie natury zachowaj ciszę.
Nie niszczyć domów zwierząt.**



Nie jedz nieznananych roślin i grzybów.



Kiedy zbliża się burza zamknij okna i wyłącz urządzenia elektryczne.



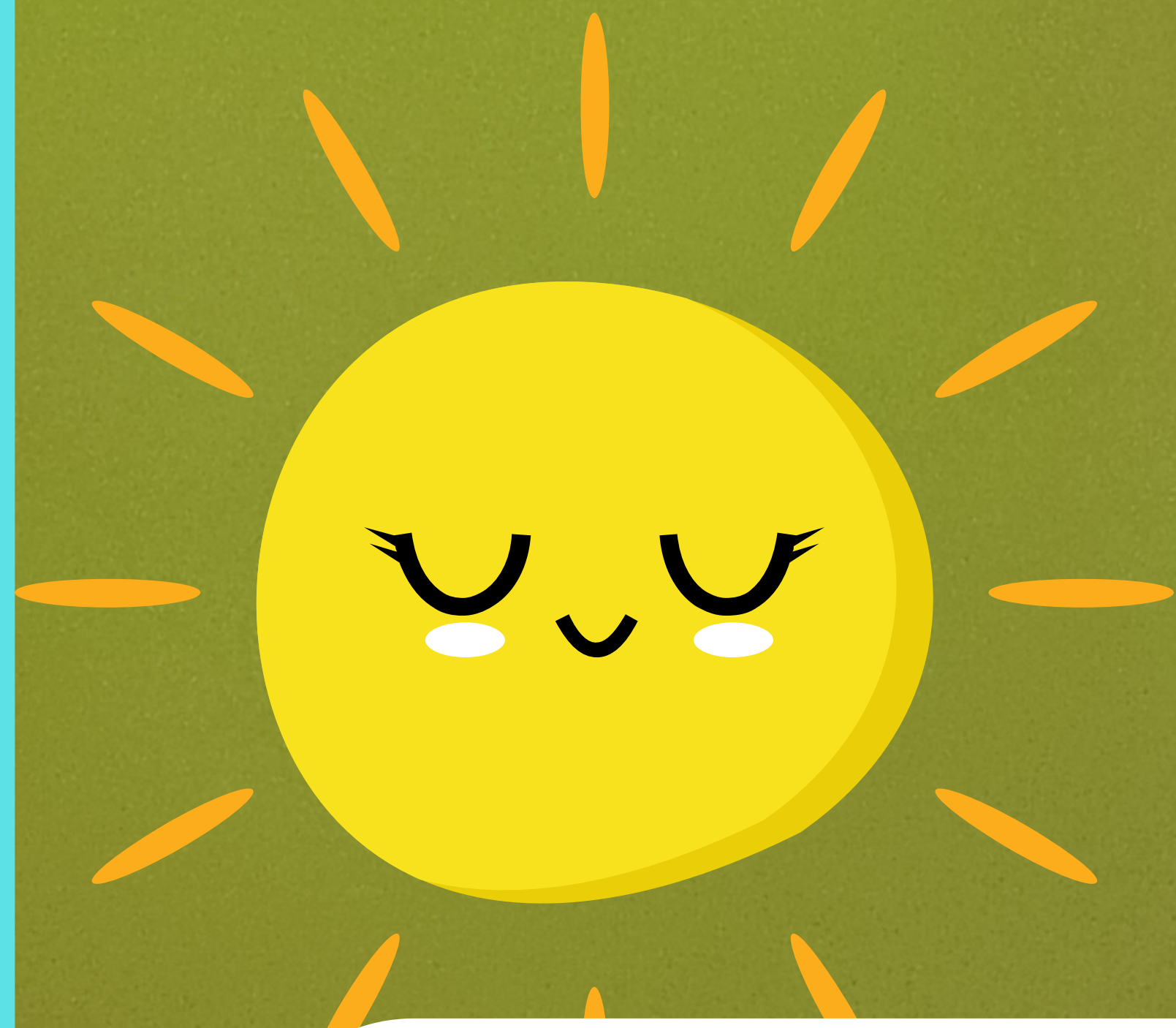
W czasie burzy znajdź bezpieczne schronienie. Unikaj przebywania w pobliżu drzew i słupów wysokiego napięcia.



Przestrzegaj zasad ruchu drogowego.



Ubieraj kask i ochraniacze podczas jazdy na rowerze, rolkach, hulajnodze i deskorolce.



Zachowaj spokój, kiedy latają wokół Ciebie pszczoły, osy lub szerszenie. W przypadku użądlenia, poproś o pomoc dorosłego.



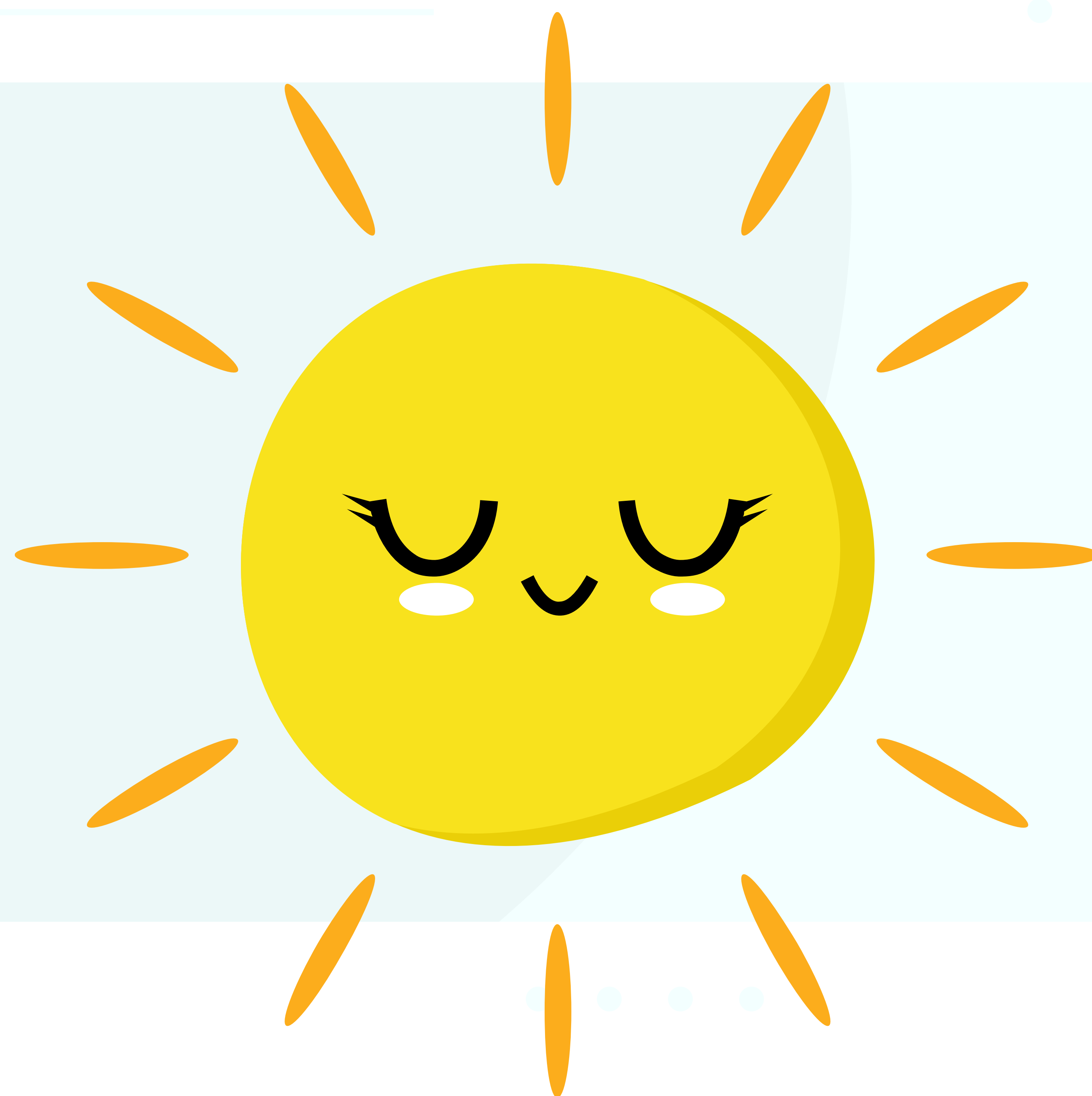
**Używaj sprayów odstraszających komary
i wybieraj zakrywające skórę ubrania.**



Uważaj na kleszcze! Dokładnie oglądaj skórę po każdym spacerze, w miejscach gdzie mogą występować, noś dłuższe rękawy i spodnie.



**Jeżeli widzisz niebezpieczną sytuację lub
jesteś w jej centrum, dzwoń pod numer
alarmowy 112!**



WAKACYJNE ZASADY

Słoneczka Dobrej Rady