



Bezpieczna kąpiel Korzystaj z umiarem ze słońca

- Kąp się w dozwolonych miejscach,
- Pływaj pod nadzorem ratownika,
- Nie utrudniaj pływania innym,
- Zapoznaj się z regulaminem kąpieliska.



- Przed opalaniem smaruj się kremami zawierającymi filtr,
- Nie opalaj się godzinach największego słońca,
- Chronь oczy i głowę przed promieniami UV.



Uważaj na owady

- Nie jedz słodkich rzeczy na plaży,
- Gdy zobaczysz gniazdo os nie rzucaj w nie kamieniami, tylko powiadom rodziców



Przestrzegaj podstawowych zasad higieny

- Dokładnie myj ręce przed posiłkami lub po skorzystaniu z toalety
- W razie wystąpienia objawów chorobowych po spożyciu szkodliwego produktu natychmiast zgłoś się do Lekarza

W czasie zabaw

- Wybieraj miejsca bezpieczne, oddalone od jezdni i wykopów.

NIE PAL OGNISK W LESIE !!!

**UDANYCH
WAKACJI!!!**

Kamil Mielniczek