

# BEZPIECZNE WAKACJE



- Korzystaj ze sprawnego i w pełni wyposażonego sprzętu sportowego
- W czasie jazdy na rowerze, hulajnodze, deskorolce, czy rolkach używaj kasku i poruszaj się po wyznaczonych ścieżkach
- Przestrzegaj przepisów ruchu drogowego
- Nie baw się w pobliżu jezdni, ruin czy wykopów
- Unikaj miejsc opustoszałych, odludnych, nieoświetlonych

## AKTYWNY WYPOCZYNEK

## BEZPIECZNIE W PODRÓŻY

- Planując podróż samochodem, sprawdź wcześniej jego stan techniczny, ustawienie świateł i wyposażenie
- Z uwagi na wzmożony ruch na drogach, przygotuj się wcześniej i pomyśl o drogach alternatywnych
- Wypocznij przed wyjazdem – zadbasz o bezpieczeństwo podróżujących
- W czasie podróży samochodem rób przerwy na odpoczynek
- Zachowaj szczególną ostrożność w miejscach, gdzie występuje duży tłok
- Podróżując koleją unikaj pustych przedziałów, staraj się nie spać w trakcie podróży
- Cenne przedmioty, pieniądze, dokumenty trzymaj przy sobie
- Nie zostawiaj bagażu bez opieki, to grozi nie tylko utratą naszego mienia, ale również może spowodować wszczęcie alarmu przez służby odpowiedzialne za bezpieczeństwo

## WŁASNE BEZPIECZEŃSTWO

- Bądź nieufny wobec nieznajomych
- Nie oddalaj się z nieznajomymi
- Nie wsiadaj do pojazdów z osobami, których nie znasz
- Ustal z opiekunami godziny swoich powrotów i przestrzegaj tych zasad
- Nie otwieraj drzwi do mieszkania osobom obcym
- Nie informuj, że w danej chwili jesteś sam w domu
- PAMIĘTAJ - REAGUJ I INFORMUJ!

Podczas wypoczynku możesz korzystać również z Krajowej Mapy Zagrożeń Bezpieczeństwa oraz aplikacji Moja Komenda

## WAŻNE TELEFONY:

NUMER ALARMOWY 112

NUMER RATUNKOWY NAD WODA (MOPRAWOPR) 601 100 100

NUMER RATUNKOWY W GÓRACH (GOPR/TOPR) 601 100 300

