

WYDZIAŁ PREWENCJI KWP W ŁODZI

<https://lodzka.policja.gov.pl/el2/aktualnoc/49892,Sisi-przypomina-o-bezpiecznych-wakacjach.html>
2020-11-23, 17:50

SISI PRZYPOMINA O BEZPIECZNYCH WAKACJACH



BEZPIECZNE WAKACJE

WODA

- Wybieraj tylko strzeżone kąpieliska i miejsca do tego przeznaczone
- Stosuj się do regulaminów, obowiązujących oznaczeń i poleceń ratownika
- Nie skacz do nieznannej płytkiej wody
- Nie wchodź do wody sam i bez asekuracji
- Unikaj kontaktu z alkoholem i innymi używkami
- Korzystaj z pewnego i sprawdzonego sprzętu pływającego
- Nie wypływaj bez kąpoka
- Nie hałasuj – ratownik może nie usłyszeć wołania o pomoc
- Nie zostawiaj na brzegu swoich rzeczy bez nadzoru

- Zapoznaj się z aktualnie panującymi warunkami i prognozą pogody
- Zadbaj o odpowiednie ubranie, obuwie i wyposażenie (np. prowiant i napoje, mapę i kompas, latarkę, podręczną apteczkę)
- Zabierz telefon komórkowy z naładowaną baterią i zapisanymi numerami alarmowymi
- Korzystaj jedynie z wyznaczonych szlaków i nie oddalaj się od grupy

GÓRY

NA BIWAKU W LESIE

- Nie zaśmiecaj lasów i miejsc, w których wypoczywasz
- Uważaj na dzikie i bezpieczne zwierzęta
- Nie dotykaj przedmiotów niewiadomego pochodzenia
- Nie rozpalaj ognisk bez nadzoru osób dorosłych
- Stosuj preparaty odstraszające kleszcze i owady

BEZPIECZNIE NA SŁONCU

- Zachowaj umiar w przebywaniu na słońcu
- Noś nakrycie głowy i okulary słoneczne
- Unikaj wysiłku w pełnym słońcu
- Stosuj filtry ochronne

WAŻNE TELEFONY:

NUMER ALARMOWY 112
NUMER RATUNKOWY NAD WODĄ (MOPRAWOPR) 601 100 100
NUMER RATUNKOWY W GÓRACH (COPR/TOPR) 601 100 300



BEZPIECZNE WAKACJE

WODA

GÓRY

NA BIWAKU W LESIE

BEZPIECZNIE NA SŁONCU

WAŻNE TELEFONY:



BEZPIECZNE WAKACJE

AKTYWNY WYPOCZYNEK

BEZPIECZNIE W PODRÓŻY

WŁASNE BEZPIECZEŃSTWO

WAŻNE TELEFONY:



PLIKI DO POBRANIA



Bezpieczne wakacje
929.52 KB



Bezpieczne wakacje
873.97 KB