

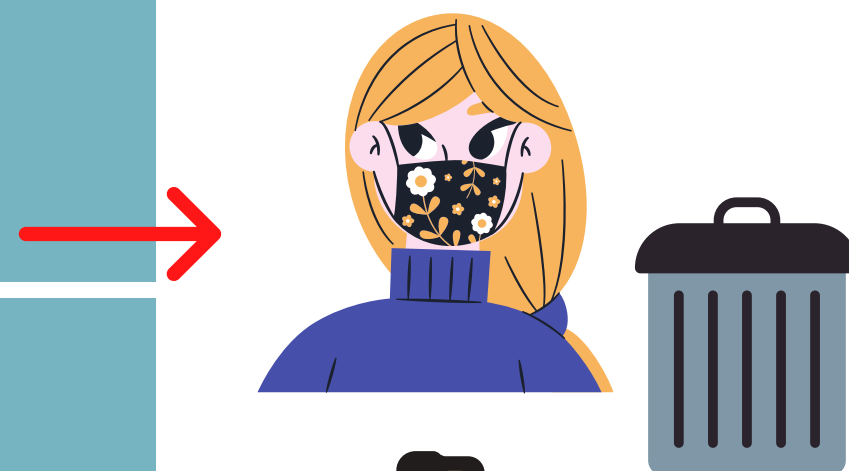
HIGIENICZNE WAKACJE



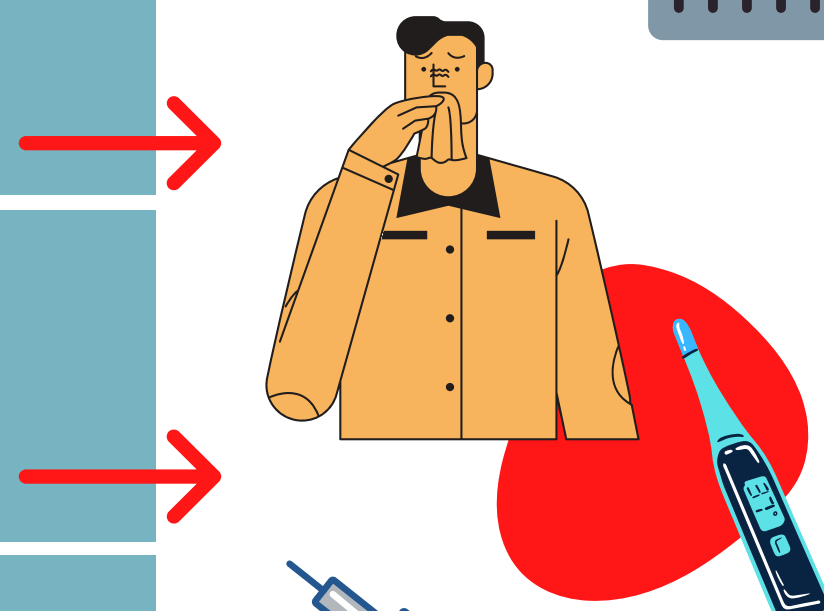
Dokładnie myj ręce ciepłą wodą i mydłem przez co najmniej 30 sekund i stosuj środki do dezynfekcji rąk i powierzchni.



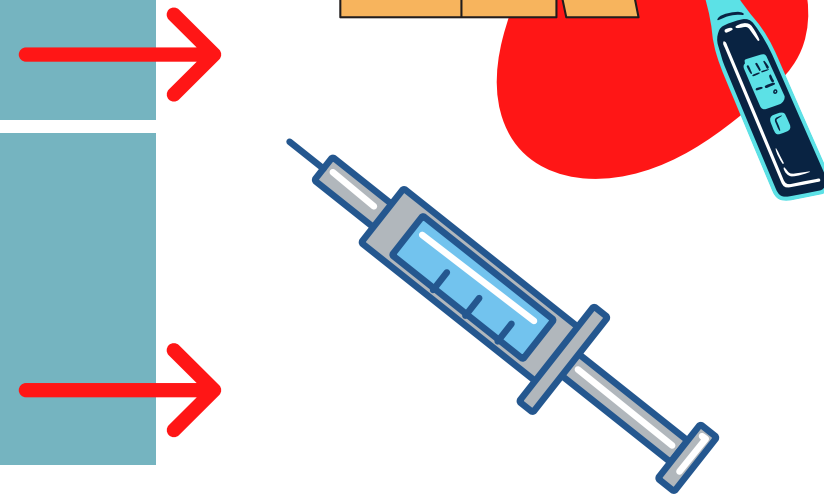
Zachowuj dystans i stosuj maseczki ochronne w miejscach, gdzie jest to wymagane, zużyte maseczki wyrzucaj do pojemnika na odpady zmieszane.



Podczas kaszlu i kichania zachowuj zasady higieny. Używaj chusteczek jednorazowych i wyrzucaj je po użyciu.



W razie wystąpienia objawów chorobowych skontaktuj się z lekarzem.



Zaszczep się przeciw COVID-19 i bądź bezpieczny!

BEZPIECZNIE ZORGANIZOWANY WYPOCZYNEK DZIECI I MŁODZIEŻY

Wytyczne dla organizatorów wypoczynku letniego dzieci i młodzieży znajdziesz na stronie www.gov.pl

Przed wyjazdem na wycieczkę zaopatrz się w odpowiednie ubranie, obuwie, prowiant, zabierz naładowany telefon komórkowy. Nigdy nie zbaczaj ze szlaków górskich/turystycznych, nie oddalaj się od grupy.

Zawsze sprawdzaj prognozę pogody. W czasie burzy nie chowaj się pod drzewem ani nie przebywaj na otwartej przestrzeni, nie rozmawiaj przez telefon komórkowy - kucnij, zbliżając stopy blisko siebie.

Wybierając się do lasu chroń się przed kleszczami, stosuj odpowiednią odzież i preparaty ochronne.

Po powrocie do domu zawsze dokładnie obejrzyj całe ciało. Kleszcze lubią miejsca delikatne, gdzie pulsuje krew - np. nasada włosów, za uszami, w pachwinach, pod kolanami.

Zachowaj ostrożność przy kontaktach z dzikimi i niebezpiecznymi zwierzętami!

