

aktualności

24.01.2019 10:43

Treść



WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W KATOWICACH
www.wsse.katowice.pl

BEZPIECZNE Ferie Zimowe

Porady dla uczestników wypoczynku zorganizowanego

NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

- ✱ ubierz się ciepło
- ✱ nie zjeżdżaj na sankach w pobliżu jezdni
- ✱ nie wchodź na zamrożone zbiorniki wodne
- ✱ zachowaj rozsądek w sportach zimowych
- ✱ bądź widoczny na jezdni - miej "odblaski"

HIGIENA

- ✱ myj się
- ✱ nie używaj wspólnych ręczników, przyborów toaletowych, kosmetyków
- ✱ dbaj o czystość, porządek i wietrzenie swojego pokoju
- ✱ ćwicz, bądź aktywny fizycznie
- ✱ jedz zdrowo
- ✱ myj ręce przed jedzeniem
- ✱ kupując żywność, sprawdź datę ważności
- ✱ nie pij i nie jedz ze wspólnych naczyń
- ✱ nie dawaj "gryza"
- ✱ zapobiegaj chorobom

W CHOROBIE

- ✱ lecz nawet lekkie przeziębienia
- ✱ korzystaj z rady i pomocy lekarza - on jest po to, by Ci pomóc

UWAŻAJ

- ✱ nie ufaj obcym
- ✱ nie podchodź do dzikich zwierząt
- ✱ zapobiegaj wypadkom
- ✱ nie oddalaj się od grupy na wycieczkach, na stoku

POMOC

Pogotowie	999
Policja	997
Numer alarmowy	112

Nieprawidłowości w zakresie wypoczynku dzieci i młodzieży zgłaszaj pod całodobowy numer interwencyjny 32 207 70 77