

BEZPIECZNA

ZIMA



WWW.DZIECKIEMBADZ.PL

10



**ZAWSZE POWIEDZ RODZICOM, DOKĄD IDZIESZ I Z KIM
BĘDZIESZ. POINFORMUJ O SWOICH PLANACH
I PRZEWIDYWANYM CZASIE POWROTU.**

2.



NOŚ KASK I OCHRANIACZE PODCZAS JAZDY NA
NARTACH, SNOWBOARDZIE LUB ŁYŻWACH.
UPEWNIJ SIĘ, ŻE SPRZĘT JEST DOBRZE DOPASOWANY
I W DOBRYM STANIE.

WWW.DZIECKIEMBADZ.PL

3.



NIGDY NIE WYBIERAJ SIĘ SAMOTNIE NA STOKI
NARCIARSKIE, LODOWISKO LUB W INNE MIEJSCA
ZABAW. ZAWSZE BĄDŹ Z GRUPĄ PRZYJACIÓŁ LUB
RODZINY.

WWW.DZIECKIEMBADZ.PL

4.



NOŚ CIEPŁE, WODOODPORNE UBRANIA, RĘKAWICZKI
I CZAPKĘ. PAMIĘTAJ O WARSTWACH, ABY MÓC SIĘ
DOSTOSOWAĆ DO ZMIENIAJĄCEJ SIĘ TEMPERATURY.

5.



CHODŹ OSTROŻNIE, ABY UNIKNAĆ UPADKÓW NA
ŚLISKIM ŚNIEGU LUB LODZIE.

6.



**NIE ROZMAWIAJ Z NIEZNAJOMYMI I NIE ODCHODŹ
Z NIMI W ŻADNE MIEJSCE.**

7.



REGULARNIE PIJ WODĘ, ABY UNIKNĄĆ ODWODNIENIA,
NAWET JEŚLI NIE CZUJESZ PRAGNIENIA.

8.



**BAW SIĘ I KORZYSTAJ Z FERII, ALE ZAWSZE
PAMIĘTAJ O SWOIM BEZPIECZEŃSTWIE
I BEZPIECZEŃSTWIE INNYCH.**

9.



**JEŚLI POCZUJESZ SIĘ ŹŁE, ZGUBISZ SIĘ, LUB BĘDZIESZ
MIAŁ JAKIKOLWIEK INNY PROBLEM, NATYCHMIAST
ZNAJDŹ DOROSŁEGO LUB PRACOWNIKA SŁUŻB
RATUNKOWYCH.**

WWW.DZIECKIEMBADZ.PL

10.



ZAWSZE PRZESTRZEGAJ ZASAD I ZNAKÓW NA
STOKACH NARCIARSKICH I LODOWISKACH.
NIE WCHODŹ NA ZAMKNIĘTE OBSZARY.