



Bezpieczne ferie w województwie śląskim w 2014r

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

BEZPIECZNE Ferie Zimowe

Porady dla uczestników wypoczynku zorganizowanego

zapobiegaj chorobom!

HIGIENA

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

zapobiegaj chorobom!

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"

zapobiegaj chorobom!

W CHOROBY

- leczyć nawet lekkie przeziębienia
- korzystać z rady i pomocy lekarza - on jest po to, by Ci pomóc

UWAŻAJ ! Góry !

- dostosuj trasę do swoich umiejętności i pogody
- zabierz telefon komórkowy z dobrze naładowaną baterią oraz numerem alarmowym
- nie oddalaj się od grupy na szlaku

POMOC

Pogotowie	999
Policja	997
Numer alarmowy	112
GOPR	601-100-300



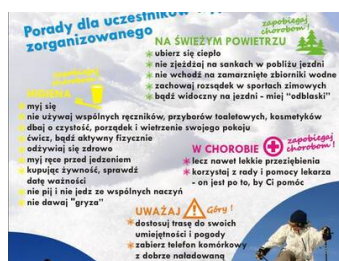


Z inicjatywy Wojewody Śląskiego Pana Zygmunta Łukaszczyka w dniu 17 stycznia 2014 r. na terenie województwa śląskiego rozpoczęła się akcja „Bezpieczne ferie 2014”, która potrwa do 3 marca 2014 r.

Na potrzeby akcji Wojewoda uruchomił całodobową interwencyjną linię telefoniczną o numerze 32-200-21-71, na którą można zgłaszać wszelkie informacje dotyczące zagrożeń i nieprawidłowości w organizacji wypoczynku dzieci i młodzieży w czasie ferii zimowych.

Zobacz również: www.katowice.uw.gov.pl/wdzbizk/bezpieczne_ferie_2014.html

Obrazy



Załączniki

PDF

PLAKAT: Bezpieczne ferie w województwie śląskim
[porady-dla-uczestnikow-wsse.pdf](#) 153.25 kB