

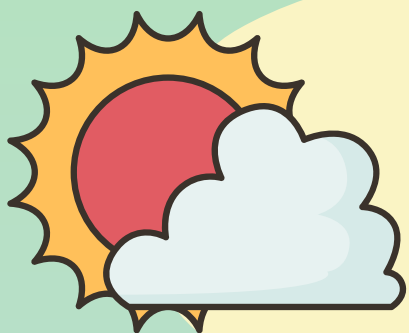
БЕЗПЕЧНІ ЛІТНІ КАНІКУЛИ

Стеж за тим, що їш

Зберігай харчові продукти в гігієнічних умовах і при низькій температурі, утримуй їх у чистоті, мий фрукти та овочі, звертай увагу на термін придатності продуктів.



Слідкуй за прогнозом погоди



Не забудь адаптувати свій одяг і заплановані дії до поточної погоди. Обмеж час, який проводиш на сонці, використовуй сонцезахисний крем і окуляри.

Поводься безпечно на воді

Відпочиваючи біля води, переконайся, що це охоронюване місце для купання. Уважно стеж за тими, хто купається під твоєю опікою. Повідом рятувальника про будь-яку ситуацію, яка буде тебе турбувати.



Бережися кліщів



Кліщі можуть переносити небезпечне захворювання - хворобу Лайма. Гуляючи на луках, у парку чи лісі, захищайся, наприклад, одягаючи довгі штани та сорочки з довгими рукавами, а також використовуй репеленти.

РЕАГУЙ!

- 999 – Служби екстреної медичної допомоги
- 998 – Пожежна бригада
- 997 – Поліція
- 112 – універсальний номер Служби Порятунку

