



## KOMUNIKAT

### AKCJA BEZPIECZNY I ZDROWY WYPOCZYNEK LETNI 2024 r.

Wakacje to szczególny czas, który kojarzy się z odpoczynkiem, bez troską, słońcem i zabawą. Podczas wakacyjnego wypoczynku nie wolno jednak zapominać o szeroko rozumianym bezpieczeństwie, aby po jego zakończeniu pozostały tylko dobre wspomnienia. Gdziekolwiek odpoczywamy, powinniśmy robić to mądrze i rozważnie.

#### Tematyka przewodnia Akcji Bezpieczny i Zdrowy Wypoczynek Letni 2024 r.:

- ✓ Styl życia wolny od nałogów z uwzględnieniem profilaktyki środków psychoaktywnych, nikotyny, alkoholu, narkotyków.
- ✓ Racjonalne odżywianie i podkreślanie znaczenia aktywności ruchowej.
- ✓ Bezpieczeństwa korzystania z zasobów leśnych: zatrucia grzybami, bąblowica, choroby odkleszczowe.
- ✓ Profilaktyka chorób zakaźnych.
- ✓ Szkodliwość nadmiernej ekspozycji słonecznej i promieniowania UV.
- ✓ Bezpieczeństwa podczas wakacji: bezpieczne uprawianie sportów, bezpieczne zachowanie podczas korzystania z akwenów wodnych.
- ✓ Troska o higienę osobistą w celu wyeliminowania chorób przewodu pokarmowego; profilaktyka zatruc pokarmowych.

W związku z powyższym proszę organizatorów oraz kadrę letniego wypoczynku o podjęcie działań informacyjno – edukacyjnych w wyżej wymienionej tematyce, w celu uwrażliwienia młodego pokolenia na temat bezpieczeństwa i ochrony własnego zdrowia.

Jednocześnie informuję o możliwości skorzystania z porad oraz materiałów informacyjno – edukacyjnych dostępnych w **Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Zamościu, ul. Peowiaków 96, pokój 108**, po kontakcie telefonicznym 84 639 36 91 do 93 wew. 239. Materiały informacyjno – edukacyjne dostępne są również na stronach internetowych: <https://www.gov.pl/web/psse-zamosc>, <https://www.gov.pl/web/wsse-lublin>, [www.gis.gov.pl](http://www.gis.gov.pl).

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny  
w Zamościu