

**wchodź  
do wody**



**tylko z osobą  
dorosłą**

**pij dużo wody**



**podczas upałów**

**jedz tylko owoce,  
które znasz -**



**innymi możesz się  
zatruc**

**zachowaj ciszę  
w górach**



**by nie przestraszyć  
zwierząt**

**rozpalaj ogniska  
tylko w wyznaczonych  
miejsach**



**bo możesz  
doprowadzić do  
pożaru**

**pamiętaj o  
numerach  
alarmowych**

**998**



**997**

**999**

**112**

**w razie**

**niebezpieczeństwa**

**spaceruj tylko z  
osobami dorosłymi**



**bo możesz się  
zagubić**

**używaj kremu z  
filtrem UV, okularów  
przeciwśłonecznych**



**gdy wychodzisz  
na słońce**



# chroń głowę



# przed słońcem

**rozmawiaj tylko z  
osobami**



**które znasz,  
nie rozmawiaj z  
nieznajomymi!**

**korzystaj z  
kapielisk, które  
znasz**



**inne miejsca mogą  
być głębokie i  
niebezpieczne**