



Lat



bezpieczne

Bezpieczeństwo w ruchu drogowym

Jeżeli wybierasz się na wycieczkę lub wypoczynek autokarem zgłoś planowany wyjazd do najbliższej jednostki Policji.

O planowanym wyjeździe powiadom Policję z wyprzedzeniem 1-2 dniowym.

Doświadczenie policjantów wskazuje, że kontrola autokarów, ich stanu technicznego oraz kontrola stanu trzeźwości kierowców pozwoliło uniknąć wielu trudnych sytuacji, kłopotów, a przede wszystkim tragedii.

Jeśli zauważysz, że kierowca łamie przepisy ruchu drogowego, nie wahaj się zwrócić mu uwagę !!!



Bezpieczeństwo w podróży



W trakcie przerw w podróży nie oddalaj się od autokaru, czy pociągu. Na dworcach autobusowych i kolejowych w wakacje zazwyczaj panuje duży tłok, zatem zachowuj szczególną ostrożność.

Jeśli podróżujesz w grupie, staraj się od niej nie odłączać. W nieznanym miejscu łatwo zablądzić lub paść ofiarą złodziei.

Bezpieczeństwo w podróży



Podróżując środkami komunikacji publicznej zachowaj czujność zwłaszcza podczas wsiadania i wysiadania z pojazdu.

Gdy panuje tłok - łatwo paść ofiarą złodziei kieszonkowych, dlatego nigdy nie noś pieniędzy, dokumentów i kluczy w jednym miejscu - portfelu, czy kieszeni.

Podziel gotówkę na kilka części i schowaj w kilku kieszeniach. Nawet jeśli zostaniesz okradziony, stracisz tylko część sumy.

W pociągu, czy autokarze nigdy nie chwal się tym, co zabrałeś z domu - pieniędzmi, markowymi ubraniami.

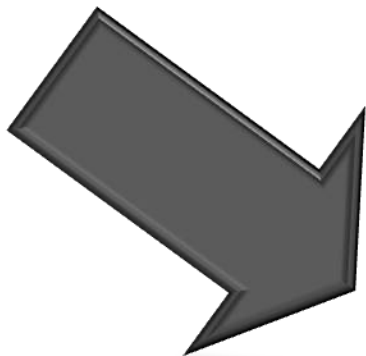
Zawsze bądź bardzo ostrożny w zawieraniu nowych znajomości - nie wiesz przecież kogo poznałeś, choćby wydawał się niezwykle sympatyczny.

Bezpieczeństwo w podróży

- *Staraj się nigdy nie zostawiać bagażu bez opieki - niezależnie od tego, czy masz przy sobie cały bagaż, czy tylko podręczny.*
- *Torby i plecaki, zwłaszcza te, w których przewozisz wartościowe przedmioty - gotówkę, aparat fotograficzny itp. - staraj się nosić z przodu lub pod ramieniem, zamknięciem do siebie.*

Dzięki temu zawsze będziesz miał je pod kontrolą i nie pozwolisz się okraść.

- *Choć to trudne w długich trasach, staraj się nie spać w podróży, a już na pewno nigdy nie przyjmuj poczęstunku od przypadkowo poznanych osób.*



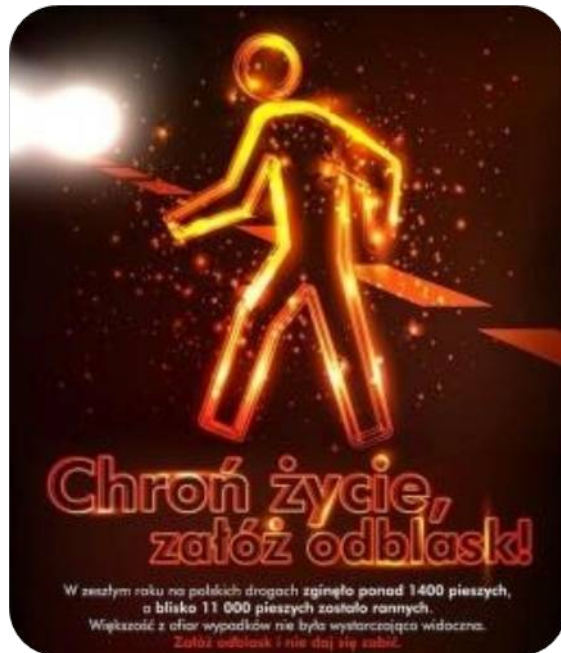
Bezpieczeństwo podczas wypoczynku

WAŻNE, ABY SPĘDZAJĄC WAKACJE POZA MIEJSCEM ZAMIESZKANIA:



- *kąpać się wyłącznie w miejscach dozwolonych i nadzorowanych*
- *nie oddalać się od grupy podczas wycieczek i wędrówek*
- *nie rozpalać ognisk na terenach leśnych*
- *przestrzegać zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym*
- *nie korzystać z propozycji przejażdżki lub spaceru z nieznanym*
- *nie korzystać z tzw. „autostopu”*
- *nie korzystać z propozycji poczęstunku jedzeniem lub pić od obcych osób*

Bezpieczeństwo podczas wypoczynku



Do tej pory używanie odblasków dla pieszych poruszających się poboczem drogi było obowiązkowe wyłącznie dla dzieci do 15 lat. Teraz ten obowiązek obejmuje wszystkich pieszych poruszających się w terenie niezabudowanym

Kierowca widzi odblaski już z odległości 150 metrów

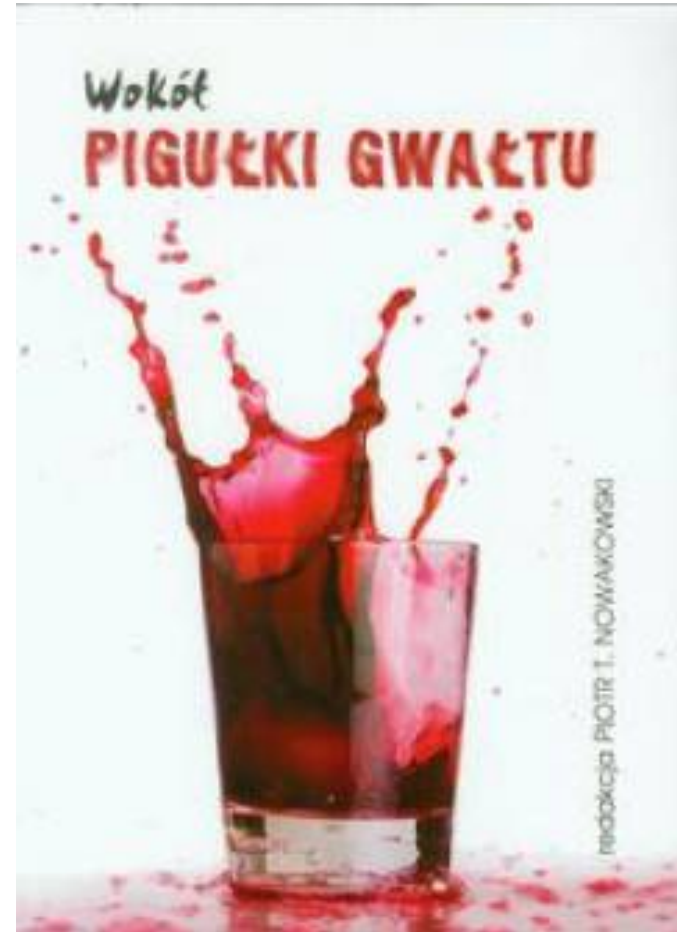
Za brak elementu odblaskowego grozi mandat od 20 – 500 zł

Przebieg gwałtu

- *Podanie środka w napoju (najczęściej alkoholowym)*
- *Odurzenie ofiary z utratą świadomości*
- *Wykorzystanie seksualne*
- *Przebudzenie - stan amnezji*

Zawsze i wszędzie pilnuj swoich napojów.

Przypadki dosypywania i dolewania różnych specyfików są coraz większym problemem.



Bezpieczeństwo podczas wypoczynku

Nie odwracaj wzroku!

Bądź świadomy i reaguj na przypadki wykorzystywania seksualnego w kontekście podróży i turystyki.



Zadbajcie o bezpieczeństwo w czasie wakacji!

Wykażcie więcej uwagi i przezorności!

Rozmawiajcie o zagrożeniach oraz sposobach ich unikania!

Wyrabiajcie nawyki sprzyjające bezpieczeństwu!

Więcej informacji na stronie: www.fdn.pl



DOPALACZE mogą cię wypalić

DOPALACZE

- *To środki psychoaktywne, najczęściej o nieznanym składzie chemicznym.*
- *To substancje, które można przedawkować, także ze skutkiem śmiertelnym.*
- *Działają na ośrodkowy układ nerwowy, podobnie jak nielegalne narkotyki. Mogą uzależniać.*
- *Większość oferowanych produktów jest mieszanką dwóch, trzech i więcej różnego typu substancji.*



**CO ZROBIĆ, GDY ZAGINIE
BLISKA CI OSOBA**



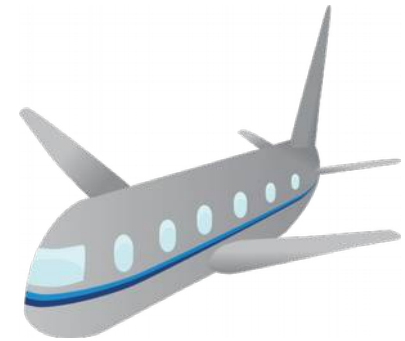
NATYCHMIAST SKONTAKTUJ SIĘ
Z **LOKALNĄ POLICJĄ**
I **POLSKĄ AMBASADĄ.**
POWIADOM ORGANIZACJĘ
ZAJMUJĄCĄ SIĘ POSZUKIWANIEM
OSÓB ZAGINIONYCH



Zagrozenie atakiem terrorystycznym

Bądź czujny – w miejscach, gdzie znajduje się duża liczba ludzi, zwłaszcza na terenie dworców, lotnisk, stacji metra, centrów handlowych, świątyń, miejsc organizowania imprez masowych oraz atrakcyjnych turystycznie - zwracaj uwagę na:

- osoby, które zachowują się w nietypowy sposób, np. zdenerwowane bez wyraźnej przyczyny, sprawiające wrażenie, że znajdują się pod wpływem środków odurzających, ubrane nieadekwatnie do pory roku, próbujące zostawiać pakunki w miejscach publicznych;*
- pozostawione bez opieki bagaże, paczki, pakunki, teczki;*
- samochody, a zwłaszcza furgonetki pozostawione poza wyznaczonymi miejscami.*



Zagrożenie atakiem terrorystycznym z użyciem urządzenia wybuchowego

Bezwzględnie przestrzegaj następujących zasad:

- nie przyjmuj od obcych osób żadnych pakunków,*
- nie pozostawiaj własnego bagażu bez nadzoru,*
- każdy przedmiot, z którego wystają przewody, wydobywa się gaz, płyn, zapach, dźwięk, wysypuje proszek, albo został pozostawiony /co widzimy/ przez szybko oddalającą się osobę, wrzucony do pomieszczenia lub pojazdu – powinien być uznany za podejrzany,*
- podejrzanych pakunków nie wolno dotykać, a tym bardziej przemieszczać,*
- ZACHOWAJ SPOKÓJ !!!*
- niezwłocznie poinformuj odpowiednie służby,*
- stosuj się do poleceń służb zabezpieczających zagrożone miejsce.*

Zagrożenie atakiem terrorystycznym

Zarówno w obiektach użyteczności publicznej, jak również w środkach zbiorowego transportu należy:

- zwrócić uwagę na rozmieszczenie wyjść ewakuacyjnych,*
- w przypadku wystąpienia realnego zagrożenia nie wpadać w panikę, stosować się do poleceń przeszkolonego personelu oraz służb odpowiedzialnych za bezpieczeństwo w danym miejscu,*
- nie korzystać z wind,*
- nie „ratować na siłę” swoich rzeczy – najważniejsze jest ratowanie życia, a nie własności!*
- jak najszybciej opuścić zagrożone miejsce pilnując swojej rodziny, grupy.*

Zagrożenie atakiem terrorystycznym

Jak postępować w przypadku znalezienia się w grupie zakładników:

- nie wpadać w panikę, zachowywać się spokojnie,*
- w pełni podporządkować się poleceniom napastników,*
- nie prowokować ich do użycia siły lub broni,*
- unikać zwracania uwagi napastników, nie zadawać pytań, nie patrzeć w oczy,*
- starać się zapamiętać jak najwięcej szczegółów dotyczących wyglądu, zachowania i działań terrorystów,*
- spróbować wezwać pomoc, jeśli jest możliwość zrobienia tego niepostrzeżenie.*

Zagrożenie atakiem terrorystycznym

Jeżeli widzisz lub słyszysz coś niepokojącego, niezwłocznie powiadom odpowiednie służby: Policję, Agencję Bezpieczeństwa Wewnętrznego, służby ochrony danego obiektu, Straż Miejską/Gminną, Straż Pożarną lub władze samorządowe.

Zgłaszając informację o zagrożeniu należy podać następujące dane:

- swoje nazwisko oraz numer telefonu;*
- rodzaj zagrożenia i wskazujące nań przesłanki (podejrzane osoby, pozostawiony bez dozoru pakunek, informacja przekazana przez inną osobę);*
- adres zagrożonego obiektu, możliwie dokładny opis miejsca i podejrzanych osób, przedmiotów lub zjawisk.*

Dziękujemy za
uwagę

Życzymy udanych wakacji



Zespół ds. Promocji Zdrowia