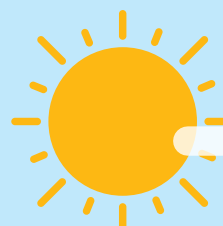


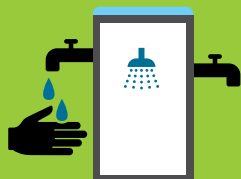


Kas Tev jāievēro, DODOTIES UZ PUBLISKU PASĀKUMU?



Ievēro personīgo higiēnu!

MAZGĀ ROKAS
pirms ēšanas,
dzeršanas un
pēc tualetes
apmeklējuma



JĀ NAV ZIEPES
UN ŪDENS,
izmanto mitrās
salvetes vai roku
dezinfekcijas
līdzekļus

Ja sajūti
neraksturīgu
smaržu vai
garšu –
NELIETO
UZTURĀ



NEĒD UN NEDZER NO
KOPĒJIEM TRAUKIEM

UZLĀDE
mobilo
telefonu

Tava un citu drošība!

UZMANI SEVI UN
APKĀRTĒJOS
ūdens, uguns un
degšķidrums
tuvumā



ALKOHOLA LIETOŠANA
bieži ir iemesls traumām, noslīkšanai
un ceļu satiksmes negadījumiem



Sargies no atklātas saules!



LIETO
ādu aizsargājošus
līdzekļus pret UV
starojumu



IZVĒLIES
atbilstošu
apģērbu



IZVAIRIES
no ilgstošas
atrašanās
saulē



UZLIEC
galvas
segu

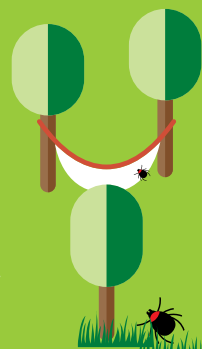


NEAIZMIRSTI
padzerties

Zaļā zona!



REGULĀRI
PĀRBAUDI
ĶĒRMENI UN
DRĒBES, vai nav
manāma ērce



LIETO REPELENTUS
(insektus atbaidošus līdzekļus)

Drošs sekss!



PELDIES TIKAI
oficiālajās peldvietās,
kurās ir pārbaudīta
ūdens kvalitāte

Izsargājies no seksuāli
transmisīvām infekcijām un
nevēlamas grūtniecības –
LIETO PREZERVATĪVU



MEKLĒ ĀRSTA
vai citu dienestu palīdzību,
tiklīdz tā nepieciešama Tev
vai citiem apmeklētājiem!



ATBILSTOŠI SITUĀCIJAI PALĪDŽĪBU SAŅEMSI:

- zvanot uz ģimenes ārstu konsultatīvo tālruni 66016001
- Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta tālruni 113
- ja nepieciešama ugunsdzēsēju vai policijas palīdzība, ārkārtas situāciju tālruni 112