

**Bezpieczne wakacje w górach**

1. **Przed wyjściem w góry dobrze zaplanuj wyprawę i koniecznie sprawdź prognozę pogody. Jeśli ma być zła ( silny wiatr, deszcz lub burza ), to nie idź.**
2. **Ubierz się odpowiednio ( spodnie, podkoszulek, bluza, czapka z daszkiem).**
3. **Noś odpowiednie górskie obuwie tzw. traperki.**
4. **Noś ze sobą plecak, a w nim: apteczkę i telefon komórkowy, suchy prowiant, zapas wody, płaszcz przeciwdeszczowy, latarkę oraz mapkę ze szlakiem turystycznym, który zamierzasz przejść.**
5. **Wędruj po górach zawsze pod opieką osób dorosłych.**
6. **Trzymaj się górskich szlaków i wybieraj szlaki łatwiejsze.**
7. **Wracaj do miejsca noclegowego przed zmrokiem.**
8. **Nie rozpalaj ognia.**
9. **Nie zaśmiecaj gór – odpady wyrzucaj do kosza na śmieci.**
10. **Jeśli w górach zaskoczy cię burza, to zejdź ze szczytu góry, unikaj pojedynczych drzew, nie dotykaj nikogo i niczego, szczególnie łańcuchów, metalu i wody. Schroń się w schronisku, w lesie albo wśród skał.**





**Koniecznie obejrzyj filmy na YouTube: Bezpieczeństwo w górach/ Bezpieczne wakacje #2** [**https://www.youtube.com/watch?v=wS4SRvkvLio**](https://www.youtube.com/watch?v=wS4SRvkvLio) **oraz PZU Niestraszki – Julek Pechulek „ W góry” – teledysk** [**https://www.youtube.com/watch?v=FDY3HNRUaeE**](https://www.youtube.com/watch?v=FDY3HNRUaeE)