

BEZPIECZNE WAKACJE



W GÓRACH

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH



Pamiętaj !

**warunki pogodowe w górach
zmieniają się bardzo szybko**

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH



**wyruszając w piękną pogodę musisz
być przygorowany na wszystko:
burzę, mgły, oziębienie**

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH



**ZAPISZ NUMERY ALARMOWE
I NAŁADUJ TELEFON**

112 – europejski numer alarmowy
601 100 300 GOPR

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH



**zaplanuj szlak i wytycz trasę, sprawdź
pogodę oraz oszacuj czas wyprawy**

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH



**powiadom kogoś o planowanej
trasie i godzinie powrotu**

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH



zadbaj o dobre górskie buty

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH

DO PLECZAKA SPAKUJ:



czapkę



rękawiczki



**zapasowe
skarpetki**



**kurtkę
przeciwdeszczową**

BEZPIECZNE WAKACJE W GÓRACH

DO PLECZAKA SPAKUJ:



wodę



jedzenie



**latarkę
i zapasowe baterie**



góry



















