

ŽIEMOS PAVOJAI



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

NUŠALIMAI Žiemą eidami į lauką įsitikinkite, kad vietos, kurios dažniausiai nušąla, yra uždengtos šiltais ir sausais drabužiais (nosys, ausys, pirštai, skruostai, smakras). **Prevencija:** tinkama avalynė, žiemai skirta apranga, neprisidengtą odą patepti apsauginiu kremu.

Nepalikite vaikų be priežiūros šalia vandens telkinių.

Prevencija: įsitikinti, kad tvenkinys yra padengtas storu ledu, nepalikti vaikų be priežiūros ant ledo.

**UŽŠALĘ
VANDENS
TELKINIAI**

**ŽIEMOS
SPORTAS** Tinkamai pasirinkite sporto inventorių ir vietą. **Prevencija:** užsiimant žiemos sportu būtina naudoti apsaugas. Saugoti savo sveikatą.

Visada įvertinkite kelio dangą, pasirūpinkite tinkama avalyne. **Prevencija:** laikytis saugaus atstumo nuo kelio, atsargiai lipti laiptais.

NUKRITIMAI

**SNIEGO
VALGYMAS**

Prižiūrėkite vaikus lauke!



*Parengė visuomenės sveikatos specialistė Simona Gelžiniene
pagal Sveikatos mokymų ir ligų prevencijos medžiagą.*

Mob. 862741643, el. paštas: simona.gelziniene@sveikatos-biuras.lt