



W ramach ogólnopolskiej kampanii [#LetniaAkademiaSanepidu](#). "Twoje decyzje mają znaczenie", dnia 12 sierpnia br. odbyło się spotkanie, na którym prowadzono działania edukacyjne dla dzieci i młodzieży podczas trwania obozu jeździeckiego w Gutowie.

Omówiono między innymi:

- zasady przestrzegania higieny,
- zasady zdrowego odżywiania się i nawadniania organizmu,
- zasady prawidłowego usunięcia kleszcza, jak się chronić przed pasożytem, na co zwrócić uwagę po ukąszeniu,
- czym są nowe narkotyki tzw. dopalacze, jak pomóc osobie bezpośrednio po zażyciu substancji o działaniu psychoaktywnym,
- negatywne skutki zdrowotne i ekonomiczne palenia papierosów i e-papierosów.

W spotkaniu uczestniczyło 20 osób.

Dziękuję za aktywny udział w zajęciach i poświęcony czas.

Pamiętaj!

Twoje decyzje mają znaczenie.

Nowe substancje psychoaktywne – dopalacze kradną życie!

Zachowaj ostrożność:

- nie przyjmuj nieznaną substancję,
- nie działaj pod presją grupy,
- nie pozostawiaj nikogo bez pomocy.

Nigdy nie masz pewności co dokładnie znajduje się w nieznanym produkcie, jak organizm zareaguje, jakie będzie działanie substancji.

