



# KIBICUJ ZDROWIU



# 5 ZASAD BEZPIECZNEGO I ZDROWEGO KIBICOWANIA

Organizator Kampanii



Partnerzy merytoryczni



## **EURO 2012 wolne od dymu tytoniowego.**

Dziękujemy za przestrzeganie zakazu palenia, również na stadionach.

**Pamiętaj! W Polsce picie alkoholu (w tym piwa) na ulicach, placach, w parkach oraz w środkach i na przystankach komunikacji publicznej jest karalne.**

W Polsce obowiązuje zakaz prowadzenia pojazdów przy zawartości alkoholu we krwi powyżej 0,2 promila.

Więcej informacji:

[www.parpa.pl](http://www.parpa.pl)

**Unikaj przypadkowych kontaktów seksualnych!**

Używaj prezerwatyw, by zmniejszyć ryzyko zakażenia HIV i innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową.

Więcej informacji:

[www.aids.gov.pl](http://www.aids.gov.pl)

+48 801 888 448

**Nie bierz narkotyków!**

W Polsce posiadanie narkotyków jest nielegalne i karalne.

Więcej informacji:

[www.narkomania.org.pl](http://www.narkomania.org.pl)

+48 801 199 990

**Pamiętaj o higienie!**

Myj ręce. Myj owoce i warzywa. Dbaj o nawodnienie organizmu.

Pij duże ilości wody, najlepiej niegazowanej.