

PRZEWODNIK DLA DZIECI

# Czym jest koronawirus





# Kilka słów na początek



## Krzysztof Frankenstein

Burmistrz Miasta Sławno



### Drodzy Uczniowie, Szanowni Rodzice i Opiekunowie,

w ostatnim czasie rozprzestrzenianie się koronawirusa ma bardzo dynamiczny charakter. Utrzymywanie dystansu społecznego, częsta dezynfekcja rąk, a także zakrywanie ust i nosa w przestrzeni publicznej - to podstawowe czynności, które pozwalają ograniczyć ryzyko zakażenia. Najlepszą bronią w tej walce jest nasze odpowiedzialne zachowanie i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa. Pamiętajcie o nich również na szkolnych korytarzach, w salach lekcyjnych czy w przestrzeni publicznej. To od nas wszystkich zależy, czy wirus będzie rozprzestrzeniał się dalej!

Na Wasze ręce oddaję praktyczny informator. Mam nadzieję, że wiedza zawarta w nim pomoże spojrzeć na epidemię z różnych perspektyw.

Tylko wspólnymi siłami pokonamy koronawirusa. To od nas zależy, jak szybko epidemia zostanie zahamowana.



### Czy wiesz, że dawno temu nie było szpitali, lekarzy i aptek?

Nasi przodkowie nie mieli takiej wiedzy o zarazkach, jaką dysponujemy dzisiaj, musieli więc radzić sobie z chorobami w inny sposób.

W **Sławińskim Domu Kultury** można zwiedzać izbę muzealną, która powstała dla uczczenia 700-lecia uzyskania praw miejskich przez Sławno. Zgromadzone są tam różne eksponaty - dzięki nim poznamy bogatą historię regionu.



# Powitanie!!

Cześć,  
mam  
na imię  
Wojtek.



A ja Zuza.  
Razem dowiemy  
się, **czym jest  
koronawirus i jak  
można się przed  
nim bronić!**



warto wiedzieć

Zarazkami nazywamy bakterie i wirusy.

- » **Bakterie** to jedne z najstarszych organizmów na Ziemi. Niektóre są niebezpieczne, inne – pożyteczne. Na przykład **bakterie mlekowe pomagają nam w trawieniu jedzenia!**
- » **Wirusy** są mniejsze od bakterii i bardziej od nich groźne. Odpowiadają za wiele chorób, między innymi za **grypę, ospę, świnkę czy różyczkę**. Wirusy dzielą się na różne grupy – jedną z takich grup są koronawirusy.



?!  

# Wirus w koronie

Dorośli bardzo dużo mówią o koronawirusie.  
Co to właściwie jest?

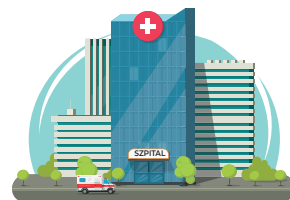
Jak wygląda?  
Skąd się wziął?  
Czy nosi koronę?  
Mam tyle pytań!  
**Może razem  
poszukamy  
odpowiedzi, aby  
lepiej zrozumieć  
koronawirusa?**

CIE  
ka??  
WOS  
tka

Czy wiesz, że **za choroby odpowiadają zarazki**, czyli bakterie i wirusy? Znajdziesz je dosłownie wszędzie – w sklepie, domu, na placu zabaw, nawet na... swojej skórze, choć nie zobaczysz ich bez mikroskopu, bo są bardzo, bardzo małe.

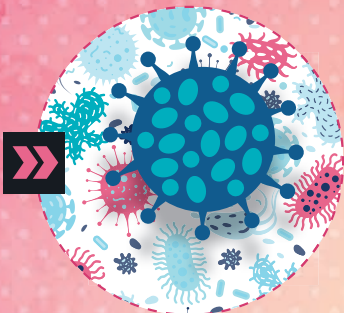
Istnieją jednak **miejsca, do których wirusy i bakterie nie mają wstępu**. W szpitalach powstają izolátky, czyli pokoje „odporne” na zarazki.

Skąd się wzięła nazwa panującego obecnie na świecie koronawirusa? „Korona” w nazwie oznacza prostą koronę. Jest tak, ponieważ wirus ma kolczastą krawędź.



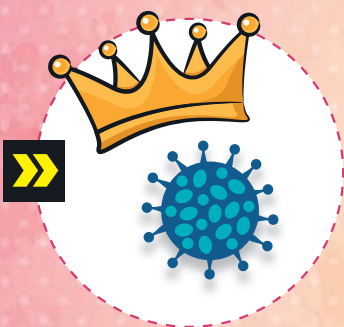
# ! koronawirus bez tajemnic

– CZYLI WSZYSTKO, CO CHCIELIBYŚCIE  
WIEDZIEĆ O KORONAWIRUSIE



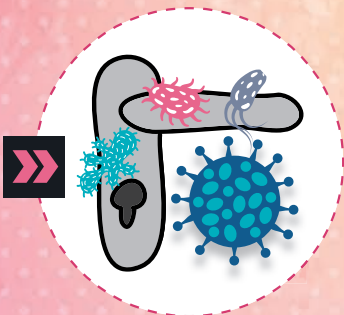
## Czym jest koronawirus? Skąd się wziął?

To **kuzyn grypy i przeziębienia**. Istnieje dużo różnych koronawirusów, ale ten, o którym wszyscy mówią, jest całkiem nowy – przywędrował z Chin. Kiedy dostanie się do naszego organizmu – na przykład przez oczy, nos albo usta – **może wywołać chorobę, którą nazywamy COVID-19**. Choroba objawia się między innymi gorączką, kaszlem i trudnościami z oddychaniem.



## Jak wygląda koronawirus?

Żeby go zobaczyć, potrzebujemy specjalnego elektronowego mikroskopu – koronawirus jest bowiem mniejszy od ziarenka piasku! Wygląda jak **kuleczka z wypustkami albo kolcami** – niektórym te wypustki **przypominają koronę**, stąd właśnie nazwa koronawirusa.



## W jaki sposób można zarazić się koronawirusem?

Wirusy są tak małe i lekkie, że mogą przenosić się w kropelkach wody, kiedy chora osoba mówi, kicha albo kaszle. Koronawirus trafia wtedy na nas albo na przedmioty, których dotykamy – na przykład **na klamki, huśtawki czy zjeżdżalnie na placu zabaw**. Najbardziej chce dostać się do wnętrza naszego ciała – tam jest mu ciepło i wygodnie. Niestety, jego obecność sprawia, że czujemy się źle i chorujemy.



## Co to jest pandemia?

Kiedy w jednym miejscu dużo ludzi choruje na tę samą chorobę, mówimy, że to epidemia. Pandemia to taka większa epidemia – **choroba pojawia się na całym świecie**, w różnych krajach. Dlaczego tak się dzieje? Ponieważ dużo podróżujemy – samolotami, statkami, samochodami – a koronawirus przemieszcza się razem z nami.



# Walczymy z koronawirusem

Cie  
ka??  
wos  
tka

Czy wiesz, że **dzięki szczepionkom zyskujemy odporność na różne choroby?** Szczepionka zawiera bezpieczne substancje, dzięki którym nasze ciało uczy się, jak radzić sobie z infekcjami i tworzyć **przeciwciała**.

Przeciwciała to małe, wojownicze komórki, zdolne pokonać chorobę. Pod mikroskopem wyglądają trochę jak literka „Y”.

W tej chwili nie ma jeszcze szczepionki na koronawirusa, ale wielu ludzi na całym świecie pracuje nad jej wynalezieniem. Opracowywaniem szczepionek zajmują się lekarze, farmaceuci i różni naukowcy – wiedzę potrzebną do walki z zarażkami zdobywają na studiach medycznych, na przykład na **Pomorskim Uniwersytecie Medycznym w Szczecinie**.



Zostało nam jeszcze jedno, najważniejsze pytanie...

Czy koronawirus jest **niebezpieczny**?  
Dla nas? Dla mamy, taty, babci i dziadka?  
Dla Reksia?





## Ważne przeciwciała

**Wysoka temperatura, kaszel, trudności z oddychaniem, bóle mięśni i gardła** – to najczęstsze objawy choroby wywołanej przez koronawirusa.

Żeby sobie z nią poradzić, **nasz organizm produkuje przeciwciała** – specjalne komórki, których celem jest walka z zarazkami. Właśnie od tej walki dostajemy gorączki! Czujemy się źle, musimy leżeć w łóżku, odpoczywać i przestrzegać wszystkich zaleceń lekarzy. Najczęściej po kilku lub kilkunastu dniach pokonujemy chorobę i wracamy do zdrowia.

### warto wiedzieć

Koronawirus, o którym tutaj mówimy, nie atakuje zwierząt. **Psy, koty, chomiki i inne stworzonka są bezpieczne.** Na pewno jednak odczuwają nasz niepokój, dlatego wymagają więcej opieki i uwagi. Nie zapomnijmy o nich w tym trudnym czasie!



## Czemu wszyscy tyle mówią o koronawirusie

Na razie nie wiemy zbyt wiele o koronawirusie – dopiero uczymy się, jak sobie z nim radzić i w jaki sposób się przed nim bronić. Dlatego czasem martwimy się, jesteśmy smutni i zdenerwowani. Ale Ty nie masz powodów do obaw – **dzieci rzadziej chorują i o wiele łagodniej przechodzą COVID-19, czasem nawet bez objawów.**

Większość dorosłych też radzi sobie całkiem dobrze. Koronawirus jest jednak **niebezpieczny dla osób starszych albo takich, które dodatkowo cierpią na inne schorzenia.** Tacy ludzie mogą potrzebować specjalnej aparatury do oddychania i muszą przebywać w szpitalu.



**Dlatego tak ważne jest, żebyśmy przestrzegali zasad bezpieczeństwa, myli ręce i nosili maseczki – w ten sposób chronimy siebie i innych przed koronawirusem!**

?!  


# Sposoby na choroby

Koronawirus jest tak mały, że go nie widzimy, nawet gdy używamy lupy.

**Jak w takim razie mamy unikać zarażenia?**

Mama mówi, że to wcale nie jest trudne. **Wystarczy przestrzegać kilku prostych zasad.** Dzięki temu ochronimy się nie tylko przed koronawirusem, ale też przed innymi zarażkami i chorobami!

Czy wiesz, że zarażki przenoszą się z naszej skóry na **przedmioty, których dotykamy**? Dlatego w szpitalach stetoskopy i inne medyczne urządzenia muszą być starannie czyszczone. Są na to różne sposoby.

W **Szpitalu Wojewódzkim w Koszalinie**, w nowych pomieszczeniach pawilonu WZO, działa centralna sterylizatornia. Przez całą dobę świadczy usługi sterylizacji parowej i plazmowej - niskotemperaturowej, dla wszystkich komórek organizacyjnych Szpitala Wojewódzkiego w Koszalinie.



**CIE  
ka??  
WOS  
tka**



# Jak możemy ochronić się przed koronawirusem?



» **Myj ręce wodą z mydłem**  
– jak najczęściej,  
zawsze po powrocie  
do domu i przed jedzeniem.



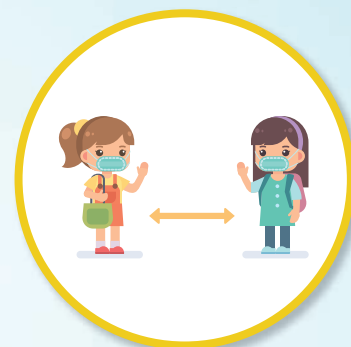
» **Postaraj się nie dotykać  
oczu, ust i nosa**  
– tymi drogami wirus może  
dostać się do Twojego ciała  
i wywołać chorobę.



» **W zatłoczonych  
miejscach** zakładaj  
maseczkę, przyłbicę  
albo chustkę.



» **Zasłaniaj usta i nos  
podczas kichania albo  
kaszlu.** Kichnąć możesz  
na przykład w zgięcie łokcia  
lub w jednorazową  
chusteczkę.



» **Poza domem nie  
podchodź do innych osób  
bliżej niż na 2 metry**  
– wirus nie da rady pokonać  
takiej odległości!



» **Nie podawaj ręki**  
– może Ci się wydawać,  
że to niekulturalne,  
ale w ten sposób dbasz  
o zdrowie swoje i innych!



» **Zadbaj o porządek**  
– pomagaj rodzicom  
w pracach domowych  
i utrzymuj swoje zabawki  
w czystości.



Na kolejnych stronach  
dowiesz się, **jak stosować  
się do tych zasad  
w praktyce.**

# ?! Niezwykła moc mydła

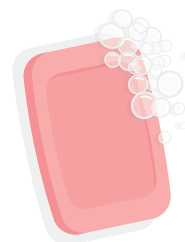
Kiedy czegoś dotykamy, na naszej skórze zostają zarazki. Na szczęście możemy się ich łatwo i szybko pozbyć – wystarczy umyć ręce. **Cząsteczki mydła mają supermoc przegania bakterii i wirusów!**

To naprawdę działa! Ale trzeba myć ręce **przynajmniej przez 30 sekund**. W tym czasie możesz na przykład dwa razy odśpiewać piosenkę „**Wlazł kotek na płótek**”. I już – nie ma koronawirusa!

CiE  
ka?  
Wos?  
tka

Czy wiesz, że **mydło było kiedyś bardzo drogie** i nie każdy mógł sobie pozwolić na jego zakup? Na szczęście dzisiaj jest łatwo dostępne – do wyboru mamy różne kolory, kształty i zapachy.

- na przykład czekoladowy! Możemy też wybrać mydélko... z solanką, czyli z bardzo zdrową wodą mineralną.





# Śpiewające mycie rąk!



Włóż krotek na płótek i mruęa,  
ładna to piosenka, niedługa.  
Nie długa, nie krótka, lecz w sam raz,  
zaśpiewaj, koteczku, jeszcze raz.

Śpiewamy dwa razy!



**1**  
Namydl ręce  
ulubionym mydełkiem.



**2**  
Najpierw dokładnie  
umyj wnętrza obu dłoni.



**3**  
Potem palce i przestrzenie  
pomiędzy nimi – tam często  
chowają się zarazki!



**4**  
Nie zapomnij  
o kciukach.



**5**  
Jeszcze tylko  
wierzch każdej dłoni.



**6**  
...i nadgarstki.

**Na koniec opłucz ręce wodą i osusz ręcznikiem. Gotowe!**



warto wiedzieć

**1.**

Staraj się rzadziej dotykać przedmiotów, których często używają inni – na przykład **klamek, poręczy schodów, przycisku przywoływania windy**. W tych miejscach czeka na nas najwięcej zarazków.

**2.**

**Myj ręce po powrocie do domu**, zabawie, toalecie, przed jedzeniem i zawsze wtedy, kiedy wcześniej dotykasz przedmiotów, na których mogą być zarazki.

**3.**

Jeżeli akurat nie masz dostępu do wody i mydła (na przykład na placu zabaw, wycieczce albo podczas zakupów), do wyczyszczenia rąk możesz wykorzystać **specjalny płyn albo żel**. On też chroni przed wirusami!

?!  


# Zamaskowani




CIE  
ka??  
wos  
tka

## Czy wiesz, że...

W ramach samorządowej akcji szycia maseczek i kombinezonów ochronnych rozdysponowaliśmy wśród mieszkańców Sławna ponad **15 tys. maseczek** ochronnych oraz ponad **100 kombinezonów** ochronnych.

Zużyto 4800 metrów nici do szycia, 12 860 mb gumy do maseczek, 1700 mb fizeliny medycznej oraz nieograniczoną ilość szpilek. W całą akcję zaangażowanych było ponad 100 osób (szycie, wykrajanie, pakowanie, dystrybucja).



Lubię nosić **przyłbicę**. Czuję się w niej jak rycerz, który walczy ze smokami.

A ja wolę **maseczkę**. Zobaczcie, jaki ma fantastyczny wzór!

Koronawirus może przenosić się w powietrzu – na przykład wtedy, kiedy kichamy albo kaszлемy. Właśnie dlatego w miejscach, w których jest dużo ludzi, powinniśmy **zasłaniać usta i nos**. Dzięki temu nie będziemy kichać na siebie nawzajem, a koronawirus nie będzie mógł swobodnie się przemieszczać.

## Powietrzne przygody wirusa

### MASECZKA



Tak wygląda poprawnie założona maseczka – zasłania usta i nos.  
**Zawsze sprawdzaj, czy Twój nosek jest bezpiecznie ukryty pod maseczką!**

### PRZYLBICA



Zamiast maseczki możesz nosić przyłbicę – z takich przyłbic korzystają na przykład lekarze.

### CHUSTA



Dobrze sprawdzi się też zwykła **chusta albo Twój ulubiony, kolorowy szalik**. Wystarczy dokładnie przykryć usta i nos. Prawda, że to proste?

### warto wiedzieć

- 1.** **Maseczkę zakładaj w zamkniętych przestrzeniach**, czyli między innymi w sklepie, autobusie, tramwaju, pociągu, w kinie, teatrze, muzeum i kościele.
- 2.** **Nie musisz zasłaniać nosa i ust w samochodzie**, jeżeli jedziesz z osobami, z którymi mieszkasz na co dzień – na przykład z mamą, tatą, rodzeństwem.
- 3.** **Maseczki nie muszą nosić** malutkie dzieci (do 4 lat) i osoby, które mają problemy z oddychaniem, na przykład chorują na astmę, mają wady w rozwoju fizycznym.
- 4.** Jeżeli źle się poczujesz, **możesz zdjąć maseczkę**, nawet w zatłoczonym miejscu. W takiej sytuacji najlepiej oddal się od obcych osób na co najmniej 2 metry, żeby chronić siebie i innych przed zarażeniem. Usiądź na chwilę, odpocznij, napij się wody i przede wszystkim – oddychaj głęboko i spokojnie. Zaraz poczujesz się lepiej!

?!  


# Co robimy w domu?

Czasami przez koronawirusa musimy więcej czasu spędzać w domu.

Ale to nie znaczy, że się nudzimy!

Możemy grać w szachy i planszówki, rysować, bawić się plasteliną albo brać udział w interesujących zajęciach i zabawach na komputerze.



Cie  
ka??  
wos  
tka

Czy wiesz, że **słowo „kwarantanna”** pochodzi z języka łacińskiego i oznacza **40 dni**? Kiedyś właśnie tyle czasu musieli czekać handlarze, kupcy i podróżnicy, u których podejrzewano chorobę, zanim pozwolono im wjechać do miasta. W ten sposób upewniano się, że nie zarażą innych ludzi.

Teraz **kwarantanna trwa 10 dni** i dotyczy osób zdrowych, które miały kontakt z zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem. Ten czas należy spędzić w domu lub w innym wyznaczonym miejscu, którego nie można opuścić.



## Kiedy zostać w domu?

Od zarażenia koronawirusem do pojawienia się pierwszych objawów choroby mija nawet kilkanaście dni. W tym czasie **zakażona osoba sama może zarażać innych**. Dlatego gdy podejrzewamy, że zetknęliśmy się z koronawirusem, powinniśmy zostać w domu i przejść kwarantannę.

Może się też zdarzyć, że dla bezpieczeństwa na pewien czas zamknięte zostaną sklepy, różne instytucje, **przedszkola i szkoły**.

Wtedy będziesz **uczyć się zdalnie, czyli przez komputer**.

A kiedy sytuacja się poprawi, wrócisz do swojej grupy przedszkolnej albo klasy, do koleżanek, kolegów i wychowawców.

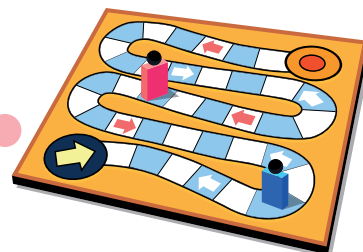


## mama i tata

Niektóre firmy, urzędy, biura i fabryki – zupełnie tak jak szkoły – przestawiają się na pracę zdalną. Oznacza to, że Twoi rodzice **nadal wykonują swoje obowiązki**, ale teraz robią to z domu.

Bardzo pomożesz rodzicom, jeżeli w godzinach pracy będziesz zachowywać się tak, jak to wspólnie ustalicie. Żeby im nie przeszkadzać, możesz na przykład bawić się samodzielnie, układać w ciszy klocki, czytać książeczki albo odrabiać pracę domową.

## warto wiedzieć



### Serwis SMS dla mieszkańców Sławna – bądź na bieżąco!

W ramach uruchomionej usługi użytkownik może otrzymywać bezpłatne wiadomości SMS bezpośrednio na swój telefon komórkowy - z informacjami o planowanych wydarzeniach kulturalnych i sportowych w mieście, komunikatami o utrudnieniach w ruchu, powiadomieniami o zbiórkach selektywnych odpadów komunalnych, odbiorze odpadów zielonych czy zbiórkach odpadów wielkogabarytowych bądź planowanych przerwach w dostawie wody. Dziś SMS to najszybszy i najpewniejszy sposób dotarcia z informacją.

Aby aktywować usługę, wystarczy wysłać SMS o treści **ZAPISZ** na numer **+48 661 003 036** (koszt SMS zgodny z taryfą operatora, w przypadku posiadania pakietu darmowych SMS nie ma żadnych kosztów).

Aby wypisać się z usługi, należy wysłać SMS o treści **WYPISZ** na numer **+48 661 003 036**.

?!  


# Razem możemy więcej

Rodzice mają dużo pracy i różnych obowiązków. Dlatego często pomagamy im w kuchni albo sami przygotowujemy proste posiłki, na przykład kanapki.

I dobrze się przy tym bawimy. Wspólne gotowanie jest naprawdę fajne i ciekawe. Może spróbujecie?

CIE  
ka??  
WOS  
tka

Czy wiesz, że **odpowiedzialność to dbanie o innych?**

Każdego dnia podejmujemy decyzje, które wpływają na nasze otoczenie: rodziców, rodzeństwo, kolegów, a nawet obcych ludzi. Swoim zachowaniem możemy kogoś skrzywdzić albo wręcz przeciwnie – zmienić jego dzień na lepszy.

Nasze działania mają szczególne znaczenie teraz – w walce z koronawirusem. Jeżeli nie będziemy **przestrzegać zasad bezpieczeństwa**, narazimy na chorobę nie tylko siebie, ale też inne osoby. Mycie rąk, zakładanie maseczki, unikanie zarażenia – w ten sposób możemy naprawdę pomóc w pokonaniu koronawirusa.

**Razem mamy moc zmieniać świat!**





# Pomagajmy!

Każdy może pomóc w walce z koronawirusem – Ty również.  
**Jak to zrobić ??**

1.

## Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa

Często myj ręce, noś maseczkę w zatłoczonych miejscach, zasłaniaj usta oraz nos podczas kichania i kaszlu. Dzięki temu ochronisz siebie i innych przed zarażeniem.

2.

## Nie daj się zmartwieniom

W tym trudnym czasie wszyscy łatwiej ulegamy negatywnym emocjom, ale to te pozytywne są nam potrzebne do walki z koronawirusem. Dlatego bądź życzliwy dla innych – bez względu na okoliczności.

3.

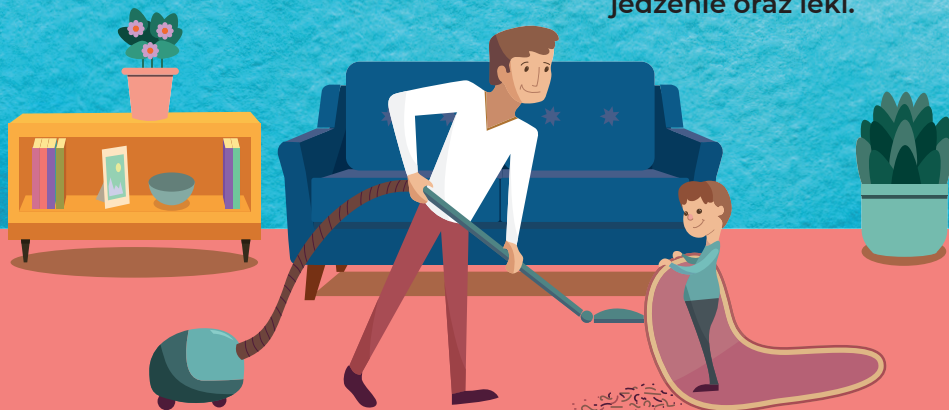
## Pomagaj rodzicom

Na przykład uporządkuj swoje zabawki, zamieć podłogę, wytrzyj naczynia albo poskładaj wyprane ubrania.

4.

## Pamiętaj o dziadkach

Jeżeli nie możesz się z nimi spotkać, zadzwoń i zapytaj, jak się czują, co u nich słychać i czy mają wszystko, czego potrzebują – zwłaszcza jedzenie oraz leki.



## warto wiedzieć



### Ważne telefony

**Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Sławnie,**  
tel. 59 810 73 11

**Szpital Powiatowy w Sławnie,**  
tel. 59 810 30 31

### **Podejrzewasz, że masz koronawirusa?**

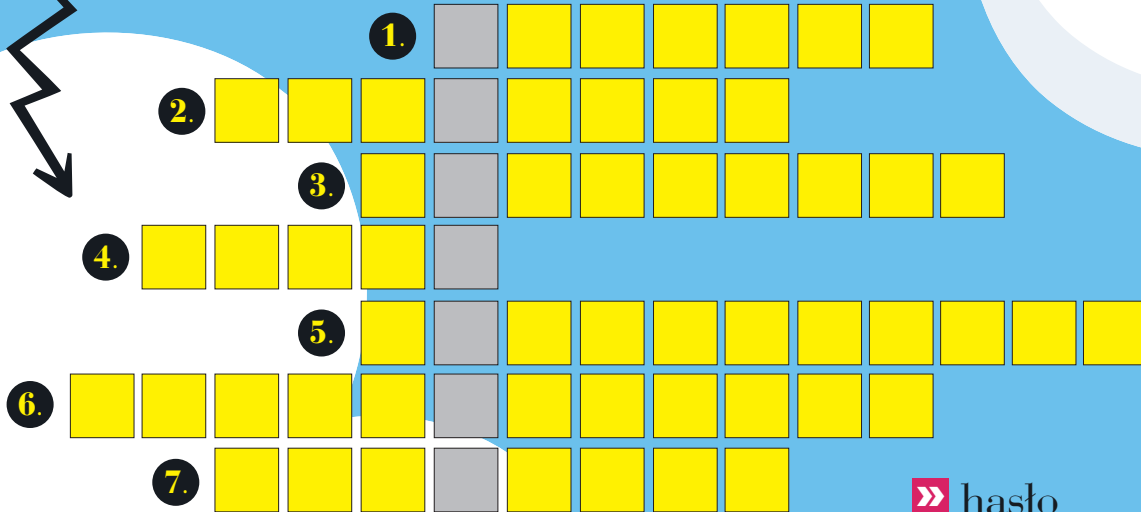
Skontaktuj się z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej za pośrednictwem teleporady. Lekarz może zlecić test na obecność koronawirusa.

### **Nowe zasady bezpieczeństwa w całym kraju**

Od soboty, 17 października, znajdujemy się w strefie czerwonej.

**Ważne!** W transporcie dla uczniów organizowanym przez samorząd terytorialny nie obowiązują limity jak dla transportu publicznego. Jednak konieczne jest zakrywanie nosa i ust!

SPRAWDŹ, CZY CZYTASZ UWAŻNIE!



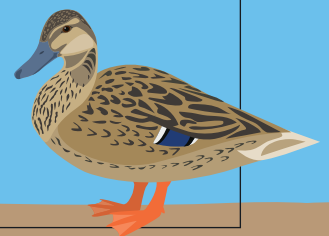
» hasło \_\_\_\_\_

1. To one wywołują różne choroby (**podpowiedz na str. 4-5**).
2. Kiedy choroba pojawia się na całym świecie, mówimy, że to... (**podpowiedz na str. 4-5**).
3. Dawniej rycerz nosił ją podczas walki, dzisiaj chroni przed zarazkami (**podpowiedz na str. 12-13**).
4. Używamy go do mycia rąk. Może mieć różne kolory, kształty i zapachy (**podpowiedz na str. 10-11**).
5. Kiedyś trwała 40 dni, dzisiaj trwa około dwóch tygodni (**podpowiedz na str. 14-15**).
6. To małe, wojownicze komórki, które nasz organizm wysyła do walki z chorobami (**podpowiedz na str. 6-7**).
7. Używamy jej, żeby w zatłoczonych miejscach zasłaniać usta i nos. Ma sznureczki albo gumki na uszy (**podpowiedz na str. 12-13**).



Czy wiesz, że **krzyżówka to nie tylko rodzaj zabawy, ale też... nazwa ptaka?** Kaczki krzyżówki żyją nad jeziorami, stawami oraz rzekami. Mają trzy powieki i odporne na zimno łapki!

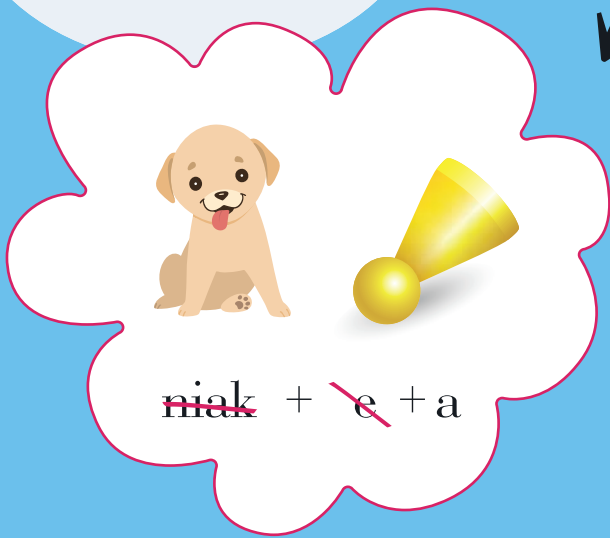
Ich ochroną zajmują się między innymi: **rezerваты przyrody** - w województwie zachodniopomorskim jest ich 114 (florystyczne, leśne, torfowiskowe, krajobrazowe, ptaków). Mamy też **Puszcę Bukową, Puszcę Goleniowską i Puszcę Wkrzańską**.



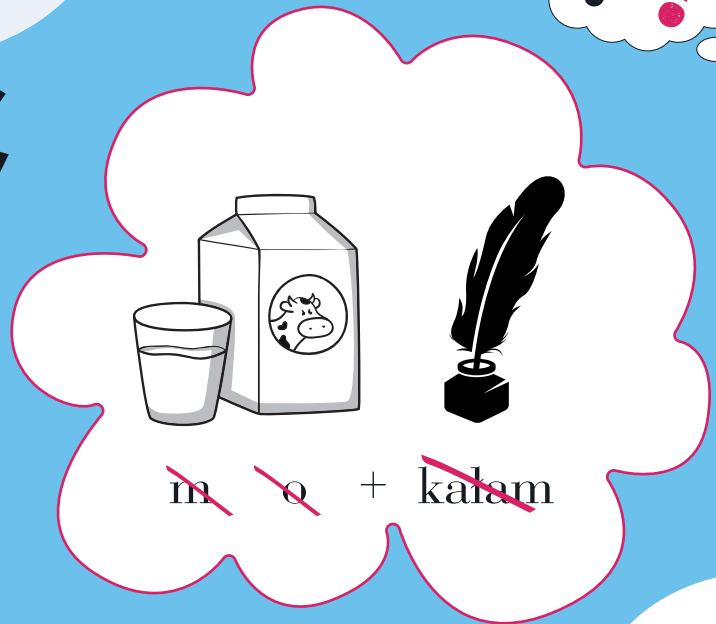
?!



# 2. rebusy



» hasło \_\_\_\_\_



» hasło \_\_\_\_\_

# 3. quiz



NA KTÓRYM OBRAZKU DZIEWCZYŃKA LEPIEJ CHRONI SIEBIE I INNYCH PRZED KORONAWIRUSEM?  
W KRATCE PONIŻEJ WPISZ WŁAŚCIWĄ ODPOWIEŹ

a



b



odpowieź



# Super- bohaterowie!



**Pracownicy służby zdrowia, między innymi lekarki i lekarze, pielęgniarki i pielęgniarze, ratowniczk i ratownicy medyczni, ale też przedstawiciele innych zawodów, codziennie walczą z koronawirusem i różnymi chorobami. Choć ich praca jest bardzo ciężka, nigdy się nie poddają. Szanujmy ich wysiłek, bądźmy empatyczni i tolerancyjni!**

Ty też możesz być  
**superbohaterem**



Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa opisanych w tej książeczce, pomagaj rodzicom, troszcz się o innych – właśnie tak postępują **prawdziwi superbohaterowie.**

Do dzieła!

**numer  
alarmowy**

**112**

Zadzwoń pod ten numer, jeżeli dzieje się coś złego i potrzebujesz pomocy. Numer jest **bezpłatny** i działa nie tylko **w Polsce**, ale też **w całej Unii Europejskiej i większości krajów na świecie.** Można go wybrać nawet na zablokowanym telefonie albo telefonie bez karty SIM.

» WYDAWCA: POLSKA PRESS GRUPA sp. z o.o., ODDZIAŁ W GDAŃSKU, ul.Trag Drzewny 9/11 » PREZES ODDZIAŁU W GDAŃSKU: Wiktor Piłarczyk  
» REDAKTOR NACZELNY: Mariusz Szmidka » DYREKTOR BIURA REKLAMY: Joanna Gwiazda – Kozłowska



**naszemiasto®**

**Dziennik  
Bałtycki**