



**MŠ Libina přeje všem krásné prázdniny
přechodné uzavření 15.7.2019 -11.8.2019**

**Upozornění na preventivní opatření v horkých dnech
při zvýšeném nebezpečí úpalů či úžehu dětí i dospělých**

- přijímat dostatek tekutin
- chránit se před nadměrným sluněním – přirozený stín , slunečníky...
- nosit pokrývku hlavy- kšiltovky, šátky apod.
- nezapomínat na sluneční brýle
- vybírat si vhodné oblečení a obutí
- používat opalovací prostředky proti UV záření (krémy, olejíčky, ...) a po opalování
- dopřejte si klid a odpočinek
- nepřetěžovat se nadměrným pohybem na sluníčku
- otužovat se vodou ...

