



**KIBICUJ ZDROWIU
CHEER ON YOUR HEALTH
FEUERE DIE GESUNDHEIT AN
СЛЕДИ ЗА ЗДОРОВЬЕМ**



5

**ZASAD BEZPIECZNEGO I ZDROWEGO KIBICOWANIA
HEALTH AND SAFETY RULES
REGELN FÜR EIN SICHERES UND GESUNDES ANFEUERN
ПРАВИЛ
БЕЗОПАСНОГО И ЗДОРОВОГО ПОВЕДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ
СОРЕВНОВАНИЙ НА ПЕРВЕНСТВО ЕВРОПЫ ПО ФУТБОЛУ**

Organizator Kampanii / The campaign organizer /
Veranstalter der Aktion / Организатор компании

Partnerzy merytoryczni / The substantive partners /
Partnerorganisationen / Существенные партнеры



EURO 2012 wolne od dymu tytoniowego.

Dziękujemy za przestrzeganie zakazu palenia, również na stadionach.

Rauchfreie Euro 2012.

Wir danken Ihnen für die Beachtung des Rauchverbots, besonders in den Stadien der EM 2012.

EURO 2012 free of tobacco smoke.

Thank you for the smoking ban observance, also in stadiums.

ЕУРО 2012 свободно от табачного дыма.

Большое спасибо за предостережение запрета курения табака тоже на стадионах.

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.

Drinking alcohol (including beer) in the streets, squares, parks, means of public transport and public transport stops is punishable by a fine. In Poland, the permissible limit of blood alcohol level is 20 milligrams per 100 milliliters. Driving with a blood alcohol level over the states maximum permissible blood alcohol limit is forbidden.

Vergessen Sie nicht! Der Konsum alkoholhaltiger Getränke wird an öffentlichen Plätzen (z.B. auf den Straßen, Plätzen, in Parks, in öffentlichen Personenverkehr und an Haltestellen) verboten und ist mit Strafe belegt. Bei Autofahrern beträgt die gesetzliche Höchstgrenze für den Alkoholkonsum 0,2 Promille.

ПОМНИ! В Польше питье алкоголя на улицах площадях в парках а также в средствах передвижения на автобусных и трамвайных остановках запрещено и наказуемо. В Польше запрещается вести автомобиль при содержании алкоголя в крови выше 0.2 промилля.

Więcej informacji / More information / Mehr unter / Больше информации:

www.parpa.pl

Nie bierz narkotyków!

W Polsce posiadanie narkotyków jest nielegalne i karalne.

Nehmen Sie keine Drogen!

Der Besitz von Drogen ist in Polen verboten und strafbar.

DON'T TAKE drugs!

In Poland, possession of any kind of drugs is forbidden and punishable by law.

НЕ НАРКОТИЗИРУЙСЯ!

Владение наркотиками в Польше нелегальное и наказуемое.

Więcej informacji / More information / Mehr unter / Больше информации:

www.narkomania.org.pl

+48 801 199 990

Unikaj przypadkowych kontaktów seksualnych!

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

Avoid casual sexual intercourses!

Use condoms to reduce risk of HIV and other STIs.

Vermeiden Sie Gelegenheitssex!

Um eine Ansteckung durch HIV und andere Geschlechtskrankheiten zu vermeiden, schützen Sie sich bitte mit einem Kondom.

ИЗБЕЖАЙ! Случайных сексуальных контактов!

Пользуйся презервативами для уменьшения риска заражения HIV и другими болезнями переносимыми половым путем.

Pamiętaj o higienie!

Myj ręce. Myj owoce i warzywa. Dbaj o nawodnienie organizmu. Pij duże ilości wody, najlepiej niegazowanej.

Keep in mind personal hygiene!

Wash your hands. Wash fruits and vegetables. Make sure you drink enough, especially still water and stay hydrated.

Achten Sie auf Hygiene!

Waschen Sie die Hände. Obst und Gemüse müssen gründlich gewaschen werden. Trinken Sie ausreichende Menge vom frischen Wasser, am besten ohne Kohlensäure.

ПОМНИ О ГИГИЕНЕ!

Мой руки! Мой фрукты и овощи! Заботись о наводнении организма. пей много воды. Лучше негазированной.

Więcej informacji / More information / Mehr unter / Больше информации:

www.aids.gov.pl

+48 801 888 448



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

Unikaj przypadkowych kontaktów seksualnych!

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

Więcej informacji:

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

+48 801 199 990

Pamiętaj o higienie!

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

Pij duże ilości wody, najlepiej niegazowanej.



CHEER ON YOUR HEALTH



5 HEALTH AND SAFETY RULES

The campaign organizer



The substantive partners



EURO 2012 free of tobacco smoke.

Thank you for the smoking ban observance, also in stadiums.

Drinking alcohol (including beer) in the streets, squares, parks, means of public transport and public transport stops is punishable by a fine.

In Poland, the permissible limit of blood alcohol level is 20 milligrams per 100 milliliters. Driving with a blood alcohol level over the states maximum permissible blood alcohol limit is forbidden.

More information:

www.parpa.pl

Avoid casual sexual intercourses!

Use condoms to reduce risk of HIV and other STIs.

More information:

www.aids.gov.pl

+48 801 888 448

DON'T TAKE drugs!

In Poland, possession of any kind of drugs is forbidden and punishable by law.

More information:

www.narkomania.org.pl

+48 801 199 990

Keep in mind personal hygiene!

Wash your hands. Wash fruits and vegetables. Make sure you drink enough, especially still water and stay hydrated.



FEUERE DIE GESUNDHEIT AN



5 REGELN FÜR EIN SICHERES UND GESUNDES ANFEUERN

Veranstalter der Aktion



Partnerorganisationen



Rauchfreie Euro 2012.

Wir danken Ihnen für die Beachtung des Rauchverbots, besonders
in den Stadien der EM 2012.

**Vergessen Sie nicht! Der Konsum alkoholhaltiger
Getränke wird an öffentlichen Plätzen
(z.B. auf den Straßen, Plätzen, in Parks,
in öffentlichen Personenverkehr und an Haltestellen)
verboten und ist mit Strafe belegt.**

Bei Autofahrern beträgt die gesetzliche Höchstgrenze
für den Alkoholkonsum 0,2 Promille.

Mehr unter:

www.parpa.pl

Vermeiden Sie Gelegenheitssex!

Um eine Ansteckung durch HIV und andere Geschlechtskrankheiten
zu vermeiden, schützen Sie sich bitte mit einem Kondom.

Mehr unter:

www.aids.gov.pl

+48 801 888 448

Nehmen Sie keine Drogen!

Der Besitz von Drogen ist in Polen verboten und strafbar.

Mehr unter:

www.narkomania.org.pl

+48 801 199 990

Achten Sie auf Hygiene!

Waschen Sie die Hände. Obst und Gemüse müssen gründlich gewaschen werden.
Trinken Sie ausreichende Menge vom frischen Wasser, am besten ohne Kohlensäure.



СЛЕДИ ЗА ЗДОРОВЬЕМ



5 ПРАВИЛ

БЕЗОПАСНОГО И ЗДОРОВОГО ПОВЕДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ НА ПЕРВЕНСТВО ЕВРОПЫ ПО ФУТБОЛУ

Организатор компании



Существенные партнеры



ЭУРО 2012 свободно от табачного дыма.

Большое спасибо за предостережение запрета курения табака тоже на стадионах.

ПОМНИ! В Польше питье алкоголя на улицах площадях в парках а также в средствах передвижения на автобусных и трамвайных остановках запрещено и наказуемо.

В Польше запрещается вести автомобиль при содержании алкоголя в крови выше 0.2 промиля.

Больше информации:

www.parpa.pl

ИЗБЕЖАЙ! Случайных сексуальных контактов!

Пользуйся презервативами для уменьшения риска заражения HIV и други болезни переносимыми половым путем.

Больше информации:

www.aids.gov.pl

+48 801 888 448

НЕ НАРКОТИЗИРУЙСЯ!

Владение наркотиками в Польше нелегальное и наказуемое.

Больше информации:

www.narkomania.org.pl

+48 801 199 990

ПОМНИ О ГИГИЕНЕ!

Мой руки! Мой фрукты и овощи! Заботись о наводнении организма.
Пей много воды. Лучше негазированной.