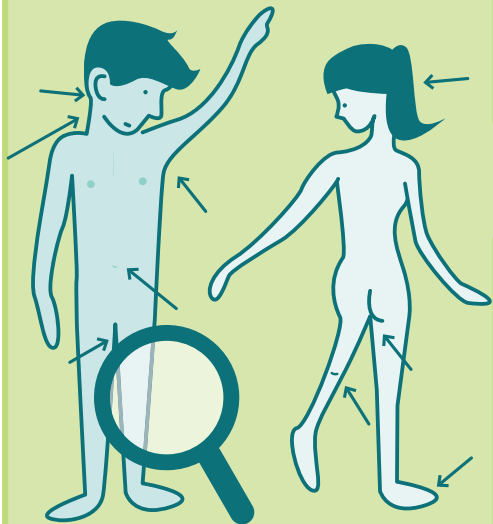


BEN JE GAAN WANDELEN IN DE NATUUR?

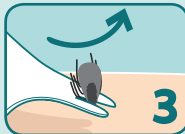
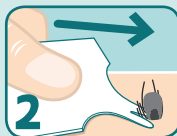
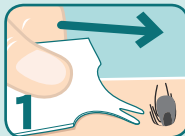
CONTROLEER

jezelf op teken, elke avond na een wandeling in het groen.



Controleer je lichaam **VAN KOP TOT TEEN**, want een teek is erg klein en zoekt vaak een warm plekje. Heb je een tekenbeet? Breng je medewandelaars op de hoogte!

Heb je een tekenbeet?
VERWIJDER de teek rustig en in één beweging.



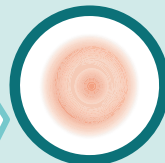
Meer informatie en adviezen op de website **tekenbeten.be**



Registreer je tekenbeet via de app TekenNet.



Noteer de datum en plaats van de tekenbeet en let op deze **SYMPTOMEN:**



een **RODE VLEK**, rond de plaats van de beet, die groter wordt



griepachtige symptomen zoals koorts, gewrichts- of spierpijn

Ga naar de huisarts als je je niet goed voelt of een rode kring ziet op de plaats van de tekenbeet.

Meer weten? [tekenbeten.be](https://www.tekenbeten.be) Vraag ook de EHBO-kit aan!