

لیلا و عمار زنده ماندن در یخبندان

 <p>4</p>	 <p>3</p>	 <p>2</p>	 <p>1</p>
<p>عمار با شماره 112 تماس گرفت که مخصوص مواقع اضطراری در اروپا می باشد، و حال لیلا بهتر شد</p>	<p>لیلا می لرزید، گیج بود و به آهستگی نفس می کشید</p>	<p>اروپا می تواند به صورت خطرناکی سرد شود. این مسئله می تواند زندگی شما را تهدید نماید</p>	<p>لیلا و عمار می گویند همیشه زمستان ها در اروپا خود را گرم نگه دارید</p>
 <p>8</p>	 <p>7</p>	 <p>6</p>	 <p>5</p>
<p>مایعات گرم زیادی بنوشید و مانند لیلا و عمار در کنار هم بمانید</p>	<p>همیشه یک پتوی خشک با خود به همراه داشته باشید یا یک کیسه خواب تهیه کنید</p>	<p>سر، دستان و بینی خود را بپوشانید تا حرارت بدن را حفظ کنید</p>	<p>لیلا می گوید همیشه چند لایه لباس می پوشد تا گرمای بدن خود را حفظ کند</p>