

Prezentācijas

“DROŠĪBA VASARĀ”

slaidu piezīmes (sākot no 5. klases)

Prezentācija paredzēta skolēniem 5.klases un tā iepazīstinās Tevi ar pamatlīetām, kas jāzina, lai Tava vasara būtu droša un kā rīkoties, ja nelaime tomēr ir notikusi.

Galvenās tēmas:

- droša atpūta pie ūdens;
- kā rīkoties, ja redzi slīkstošu cilvēku;
- droša atpūta pastaigājoties ārā;
- drošība mājās;
- kā rīkoties, ja mājoklī izcēlies ugunsgrēks.

1.slaidis. Drošība vasarā.

Šo prezentāciju izveidojis Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests. Turpmākajos slaidos iepazīstināsim ar pamatlīetām, kas jāzina un jāievēro, lai Tava vasara būtu droša un kā rīkoties situācijās, ja nelaime tomēr ir notikusi.

2.slaidis. Vasarā jāatceras par drošību atrodoties mājās un atpūšoties ārā.

Vasarā nepieciešams atcerēties par drošību esot mājās un atpūšoties arī ārā – pludmalē, pagalmā, pie ūdenstilpēm un citur!

3.slaidis. Drošība atpūšoties ārā.

Aicinām Tevi iepazīties ar informāciju un uzzināt vairāk par drošību pie ūdens, pastaigājoties ārā un esot mājās.

4.slaidis. Droša atpūta pie ūdens.

Vasara nav iedomājama bez ūdens priekiem, tāpēc svarīgi atcerēties un atkārtot, kā droši atpūsties pie ūdens!

5.slaidis. Drošai atpūtai pie ūdens – Jā!

- Peldēšanās sezonu ieteicams uzsākt, kad ūdens temperatūra ir sasniegusi +18C. Parādoties pirmajām aukstuma sajūtām, peldēšanās jāpārtrauc. Sezonas sākumā peldēšanas laikam vajadzētu būt īsākam, bet pēc tam, kad organisms ir jau pieradis, peldes var kļūt ilgākas.
- Pareizi izvēlies peldvietu! Visdrošāk ir peldēties īpaši šim mērķim paredzētās vietās. Ja tādas nav, atceries, ka peldvietas krastam jābūt lēzenam, vēlams ar cietu pamatu. Upēs jāizvēlas vieta, kur ir vismazākā straume, tuvumā nav atvaru vai citu bīstamu vietu.

6.slaidis. Drošai atpūtai pie ūdens – Jā!

Nedodies peldēties viens. Ja gadījumā uz ūdens radīsies problēmas un Tev līdzās nebūs citu cilvēku, neviens nevarēs Tev palīdzēt.

7.slaidis. Drošai atpūtai pie ūdens – Jā!

Dodoties atpūsties pie ūdens, zini kur tu atrodi! Ja būsi ārpus pilsētas, pirms dodies atpūsties pie ūdens, noskaidro novada, pagasta, ciemata, ūdenstilpes nosaukumu un pārdomā savu maršrutu, lai gadījumā, ja tev būs nepieciešama palīdzība, tu varētu izskaidrot piebraucamo ceļu. Ja atpūtīsies pilsētas robežās, zvanot uz 112, tev vajadzēs nosaukt pilsētas nosaukumu, ielas un ūdenstilpes nosaukumu, kā arī izstāstīt no kuras puses un pa kādu ceļu ugunsdzēsēji glābēji varēs piebraukt.

8.slaidis. Drošai atpūtai pie ūdens – Jā!

- Pirms pirmās peldēšanas sezonas, sākumā noteikti ir jāpārbauda ūdenstilpes gultne, jo ziemas laikā tā var būt mainījies un uz tās var atrasties dažādi priekšmeti.
- Ja ej peldēties nepazīstamā vietā – no sākuma obligāti pārbaudi ūdenstilpes gultni!

9. slaidis. Drošai uzvedībai peldvietā – Jā!

- Nepārvērtē savus spēkus! Dižošanās ar to, ka vari aizpeldēt vistālāk vai pārpeldēt pāri upei, nav tā vērts, lai riskētu ar savu dzīvību. Turklāt, ja iepriekšējā sezonā varēji pārpeldēt upi, tas vēl nenozīmē, ka fiziskā sagatavotība ir tāda, ka vari to izdarīt arī šobrīd.
- Pirms ieej ūdenī, brīdini krastā palikušos par to, cik ilgi un tālu esi plānojis peldēt, vai esi paredzējis nirt zem ūdens.
- Nepazīstamā vietā uzreiz nedrīkst lēkt ūdenī! Vispirms pārliecinies, vai ūdenstilpes gultnē nav kādi akmeņi, nogrimuši asi priekšmeti, pret kuriem, lecot no augstuma, vari gūt savainojumus.
- Peldēties stipra vēja vai negaisa laikā ir bīstami! Nakts nav labākais peldēšanas laiks, jo aizpeldot tālāk no krasta, var apjukt un zaudēt orientēšanās spējas, lai atgrieztos atpakaļ.

10.slaidis. Drošai uzvedībai peldvietā – Jā!

- Ir svarīgi atcerēties, ka peldēt nepratējiem uz ūdens palīdzēs noturēties tikai speciālās peldvestes. Savukārt piepūšamie peldlīdzekļi (riņķi, matracīši, bumbas u.c.) noder tikai rotaļām, turklāt - pieaugušo uzraudzībā.
- Atrodoties uz matrača vai peldriņķa nevajadzētu peldēt tālu no krasta, jo negaidot piepūšamais peldlīdzeklis var saplīst vai arī vējš var iepūst dziļumā, aiznest pa straumi.

11.slaidis. Drošai uzvedībai peldvietā – Jā!

Pirms nodarbojies ar kādu no ūdens sporta veidiem vai vienkārši vizinies ar laivu, kuteri vai kādu citu peldlīdzekli, neaizmirsti uzvilkt glābšanas vesti!

12.slaidis. Ko darīt, ja redzi nelaimi?

- Slīcēja glābšana var apdraudēt pašu glābēju, tādēļ, pirms glābšanas uz ūdens jānovērtē situācija un savas iespējas. Slīcēju var glābt tikai cilvēks, kurš labi apguvis peldēšanas tehniku un zina paņēmienus, kā satvert cietušo un izvilkto to krastā.
- Visdrošākā ir glābšana no krasta, nelaimē nonākušajam pamatot virvē iesietu glābšanas riņķi. Noderēs arī bumba vai kādi citi peldoši priekšmeti, kuri slīkstošajam palīdzētu noturēties virs ūdens.

- Nelaiemes gadījumā nekavējoties izsauc glābējus, zvanot uz tālruni 112. Pēc iespējas precīzāk norādi nelaimes vietas koordinātes un piebraukšanas iespējas.

13.slaidis. Sagaidi ugunsdzēsējus glābējus!

Atceries, ka ugunsdzēsējus glābējus ir nepieciešams sagaidīt un norādīt cietušā atrašanās vietu!

14.slaidis. Droša atpūta pastaigājoties ārā.

15.slaidis. Pamestām ēkām un būvlaukumiem – Nē!

Pamestas jaunceltnes un ēkas nav pastaigu un atpūtas vietas! Staigāt pa tām ir dzīvībai bīstami, jo ir iespējams nokrist no liela augstuma, iekrist bedrē ar būvgružiem, tādējādi gūstot nopietnas veselības problēmas un apdraudot savu dzīvību!

16.slaidis. Spēlēm ar uguni – Nē!

Sērkokoņi un šķiltavas nav spēlmantiņas! Ja tomēr ziņkārtība ir Tevi pārņēmusi un, spēlējoties ar uguni, ir notikusi ugunsnelaime – nekavējoties ziņo par to pieaugušajiem vai zvani 112, lai būtu iespēja ātrāk reaģēt un novērst nelaimi!

17.slaidis. Drošām pastaigām pa mežu – JĀ!

- Neej uz mežu viens! Dodies kopā ar pieaugušiem vai draugiem! Obligāti informē savus vecākus, kur Tu dodies!
- Dodoties uz mežu: Paņem ūdens pudeli un kaut ko ēdamu, kabatas lukturīti un svilpi; Ja lieto medikamentus, paņem tos līdzi; Ģērbies košas krāsas drēbēs!

18.slaidis. Drošām pastaigām pa mežu – JĀ!

- Ierodoties mežā, iegaumē apkārtni! Dzelzceļš, ceļi, zīmīgi koki vai dabas objekti var būt labi orientieri apmaldīšanās gadījumā!
- Ja tomēr esi apmaldījies: Esi mierīgs un nekriti panikā! Negaidi tumsu un laicīgi lūdz palīdzību, zvanot 112! Centies saklausīt, vai tuvumā neatrodas šoseja vai kāds ceļš. Meklējot Tevi, ugunsdzēsēji glābēji izmantos automašīnas skaņas un gaismas signālus. Centies tos saklausīt, saredzēt un dodies tiem pretī!

19 un 20.slaidis. Drošām pastaigām – JĀ!

Ja Tavas pastaigas laikā, pēkšņi ir sācies negaiss:

- meklē patvērumu kādā ēkā, mašīnā vai autobusā.
- neizmanto par patvēruma vietu telti, neslēpies zem saulesarga, lietussarga vai koka.
- Ja negaiss Tevi pārsteidz klajā laukā un nav kur patverties, tad nogulies zemē, ir labi, ja tā būtu sausa vieta ar smilšainu grunti, kas atrodas pēc iespējas tālāk no ūdenskrātuvēm.
- Negaisa laikā nevajag makšķerēt vai peldēties, bet, ja tas tiek darīts un negaiss uznāk pēkšņi, pēc iespējas ātrāk izej no ūdens un atstāj ūdenstilpi.
- Negaisa laikā pārvietoties kājām ieteicams tikai nepieciešamības gadījumā – tas jādara uzmanīgi, lēni un neizslejojoties visā augumā.
- Negaisa laikā nevajadzētu braukt ar velosipēdu, motociklu vai motorrolleri!

21 un 22.slaidis. Drošām pastaigām – JĀ!

Ja Tavas pastaigas laikā, pēkšņi ir sākusies vētra :

- **neuzturies** zem vienuļiem kokiem, celtniecības sastatnēm, reklāmas stendiem, elektropārvades līnijām;
- **nelieto** lietussargus: tie apgrūtina redzamību, pastiprināti uztver vēja brāzmas un var savainot citus cilvēkus;
- **nešķerso** tiltus. Nepieciešamības gadījumā var zem tiem paslēpties un nogaidīt, līdz pāriet stiprās vēja brāzmas.
- **atrodoties klajā laukā**, sameklē vietu, kur patverties, piemēram, grāvis vai ieplaka. Ja tādas nav, tad stipras vēja brāzmas gadījumā jānoguļas zemē;
- **atrodoties uz ūdens**, jāmēģina nokļūt krastā;
- **atrodoties mežā**, jāieiet dziļāk biežoknī. Biežoknī koki ir vairāk aizsargāti no vēja brāzmām un pastāv mazāks risks tikt savainotam zem lūstošiem kokiem vai zariem.

23.slaidis. Informē vecākus!

- Pirms dodies ārpus mājas viens vai ar draugiem, katru reizi informē vecākus par to: kur iesi, ar ko būs kopā, cik ilgi būs prom!
- Ja ar tevi vai taviem draugiem notiks nelaime, vecāki šo informāciju varēs sniegt operatīvajiem dienestiem un tu ātrāk saņemsi palīdzību!

24 un 25.slaidis. Drošība mājās.

Vasarā noteikti būs dienas, kas jāpavada telpās bez pieaugušo klātbūtnes. Pirms palikt mājās vienam, izrunā ar vecākiem:

- kādu tehniku un kādas ierīces tu vari izmantot;
- kā pareizi ieslēgt, izmantot un izslēgt visu tehniku un visas elektroierīces;
- kādā veidā tu gatavosi un sildīsi ēdienu un kādas ierīces izmantosi tās pagatavošanai;
- ko darīsi, ja kāda elektroierīce sāks degt vai dūmot.

26.slaidis. Kā droši lietot plīti un elektroierīces?

Cilvēki, gatavojot ēdienu uz plīti, nereti mēdz aiziet uz citu istabu un atgulties, ātri izskriet līdz veikalam vai piesēsties pie datora. Bez uzraudzības uz ieslēgtas plīti atstāts katliņš vai panna var ātri piedegt, sākumā radot spēcīgu sadūmojumu, bet tālāk, karstuma ietekmē, aizdedzinot sadzīves priekšmetus un virtuves mēbeles. Savlaicīgi nepamanot ugunsgrēka izcelšanos, liesmas pārņems virtuvi un visu mājokli.

27.slaidis. Ko darīt, ja gatavojot ēst, panna vai katliņš ir aizdedzies?

- Ja virtuvē uz plīti piededzis katliņš vai panna, nekādā gadījumā šo ugunsgrēku nedzēsiet, uzlejot ūdeni, jo tā rezultātā veidosies karsti tvaiki un var gūt smagus apdegumus un applaucējumus. Šādus ugunsgrēkus vislabāk nodzēst uz pannas vai katliņa, uzliekot vāku vai ugunsdzēsības pārklāju, tādējādi noslēdzot skābekļa piekļuvi degšanas vietai. Pēc neilga brīža viss traukā esošais skābeklis izdegs un liesmas noslāps.
- Ja saprotiet, ka ugunsgrēku neizdosies nodzēst paša spēkiem, zvaniet ugunsdzēsējiem glābējiem uz tālruņa numuru 112!

28.slaidis. Kā pareizi rīkoties, ja mājoklī izcēlies ugunsgrēks?

- Ja redzi, ka ir izcēlies ugunsgrēks vai dzirdi dūmu detektora skaņu, dodies uz izeju un pa ceļam informē mājās esošos cilvēkus, skaļi saucot.
- Nekavē laiku, meklējot savus tuviniekus, un nedodies sadūmojumā, lai brīdinātu - tu vari saelpoties dūmus un vairs netikt ārpusē!
- Evakuējoties uz drošu vietu, zvani uz numuru 112, lai izsauktu ugunsdzēsējus glābējus.
- Dispečeram izstāsti kur un kas ir noticis, un atbildi uz visiem dispečera jautājumiem. Ja mājās bijī viens, noteikti sagaidi ugunsdzēsējus glābējus!
- Informē vecākus, ka tev viss ir kārtībā vai dodies uz jūsu norunāto satikšanās vietu un tur viņus gaidi.

29.slaidis. Atceries!

Visos mājokļos ir jābūt uzstādītiem dūmu detektoriem, kas ar skaņas skaņas palīdzību brīdinās par ugunsgrēka izcelšanos. Pajautā vecākiem, vai Jūsu mājās ir uzstādīts dūmu detektors un kopā ar vecākiem pārbaudi to, nospiežot testa pogu.

30.slaidis. Zvani uz 112, ja ir notikusi nelaime!