



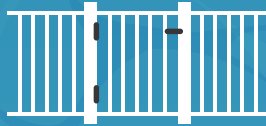
Latvijas Peldēšanas federācija



BĒRNIEM DROŠS PIEMĀJAS PELDBASEINS

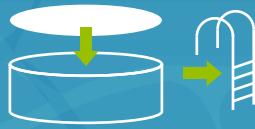
NOROBĒŽOTS AR SĒTU

Bērniem nedrīkst būt brīva piekļuve peldbaseinam, kad pieaugušo nav tuvumā



PĀRKLĀTS

Liedz piekļuvi - izmanto peldbaseina pārklāju, noņem trepes



ŪDENS KVALITĀTE

Ūdens kvalitātei jāatbilst higiēnas prasībām. Seko pH līmenim, lieto dezinfekcijas un pretaļģu līdzekļus, kā ražotājs noteicis



APRĪKOTS

Peldbaseina tuvumā jābūt glābšanas riņķim, garam kokam un peldvestei



NOTEIKUMI

Pie peldbaseina visiem jāievēro drošas uzvedības noteikumi

IEVĒRO!

Ja pazudis bērns, vienmēr sāc meklēt ūdenī



Pie peldbaseina nedrīkst lietot stikla traukus



Izlej ūdeni, ja nelieto - noslīkt var arī 10 cm dziļumā



Nedrīkst peldēties vienatnē



Uz mirkli pievērtas acis var būt pietiekami ilgs laiks, lai notiktu nelaime



Peldbaseina tuvumā nedrīkst būt slidenas virsmas



Regulāri atsvaidzini pirmās palīdzības zināšanas



KĀ ATPAZĪT SLĪKŠANU

Negaidi, ka viss notiks kā filmās:

- kliegs pēc palīdzības
- šļakstīsies
- mās ar rokām
- spārdīsies

TĀ NENOTIEK!



Rīkojies, ja redzi:

- ķermenis vertikāli bez kustībām
- galva atrodas zemu ūdenī, mute ūdens līmenī
- galva atliekta atpakaļ un mute ir vaļā
- stiklainas acis, apātisks skatiens, mati uz acīm
- cilvēks pazūd zem ūdens
- bērni ūdeni apklust

NOSLĪKST ĀTRI UN KLUSI. PIESKATĪT BĒRNUS IR VECĀKU PIENĀKUMS



DROŠS PIEMĀJAS DĪĶIS



Latvijas Peldēšanas
federācija



Statistika: **Mazi bērni bieži
noslīkst piemājas dīķī**



NOROBEŽOTS

Bērniem nedrīkst būt brīva
piekļuve dīķim, norobežo to ar
sētu vai dabīgiem šķēršļiem



APRĪKOTS

Atklātas ūdenstilpes tuvumā jābūt glābšanas
riņķim un garam kokam

ŪDENS KVALITĀTE

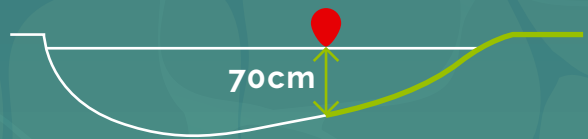
Peld sezonā veic ūdens kvalitātes
pārbaudes, iztīri no vītenaugiem

AR LĒZENU KRASTU

Dīķa krastiem jābūt lēzeniem, ar iespēju izklūt

IEZĪMĒTA PELDVIETA

Ar bojām atzīmē bērniem drošo ūdens
zonu – dziļums ne vairāk kā 70cm



NOTEIKUMI

Pie ūdenstilpes visiem jāievēro
drošas uzvedības noteikumi

IEVĒRO!

Ja pazudis bērns,
vienmēr sāc meklēt
ūdenī



Pirms kāpt uz
ledus, pārbaudi
tā dziļumu



Dīķa tuvumā
nedrīkst būt
rotaļu laukums



Nedrīkst
peldēties
vienatnē



Jāmācās peldēt atklātā
ūdenstilpē – tas ir citādi
nekā peldbaseinā



Nelieto piepūšamos
līdzekļus. Tie nav
droši



Regulāri atsvaidzini
pirmās palīdzības
zināšanas



KĀ ATPAZĪT SLĪKŠANU

Negaidi, ka viss notiks kā filmās:

- kliegs pēc palīdzības
- šļakstīsies
- mās ar rokām
- spārdīsies

TĀ NENOTIEK!



Rīkojies, ja redzi:

- ķermenis vertikāli bez kustībām
- galva atrodas zemu ūdenī, mute ūdens līmenī
- galva atliekta atpakaļ un mute ir vaļā
- stiklainas acis, apātisks skatiens, mati uz acīm
- cilvēks pazūd zem ūdens
- bērni ūdeni apklust

**NOSLĪKST ĀTRI UN KLUSI.
PIESKATĪT BĒRNUS IR VECĀKU PIENĀKUMS**



www.peldet.lv | www.peldidrosi.lv

Materiāls sagatavots projekta "Atbalsts LPF darbības stiprināšanai un interešu aizstāvībai cilvēkdrosības uz ūdens veicināšanas jomā" (projekta nr.2020.LV/NVOF/MAC/088/06) ietvaros. Pasākumu finansiāli atbalsta Sabiedrības integrācijas fonds no Kultūras ministrijas piešķirtajiem Latvijas budžeta līdzekļiem.



Latvijas Peldēšanas
federācija



Sabiedrības integrācijas fonds



Kultūras ministrija

