



ENGURES MŪZIKAS UN MĀKSLAS SKOLA

Reģistrācijas Nr. 4374902077

Vienotais PVN reģistrācijas Nr. 90001495586

Skolas iela 10A, Engure, Engures pag.asts, Engures novads LV-3113, tālrunis 631 61384.

e-pasts enguresmms@enguresnovads.lv

[https:// www.enguresmms.lv](https://www.enguresmms.lv)

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Engures novada Engures pagastā

Nr.28

30.08.2013.

Par drošību uz ūdens un ledus

*Izdoti saskaņā ar
Ministru kabineta 2009.gada 24.novembra noteikumiem Nr.1338
„Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība
Izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”*

Šī instrukcija ir saistoša un ievērojama visiem iestādes audzēkņiem. Ar šo instrukciju audzēkņus iepazīstina direktora nozīmēts skolotājs Audzēkņa pienākums ir ievērot noteikumus.

1. Peldvietas izvēle:

- ūdenskrātuve nedrīkst būt piesārņota ar ķīmikālijām, toksiskām un indīgām vielām;
- peldvietas krastam jābūt lēzenam (vēlams, lai dziļuma kritums uz 4 garuma metriem nepārsniedz 1m);
- peldvietas dibenam jābūt tīram. Nedrīkst būt stikli, konservu bundžas, lieli akmeņi, ūdenszāles, iedzīti pāļi un citi priekšmeti, sakaroties ar kuriem var gūt traumu;
- upē straumes tecēšanas ātruma jābūt mazam;
- par peldvietu nedrīkst izmantot vietu, kur ir pieslēgti vairāki ūdens transporta līdzekļi.

2. Kas jāievēro pirms sāk peldēties:

- nedrīkst iet ūdenī, ja esi sakarsis vai sasvīdis, ir jānogaida 20-25 min. krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra;
- nedrīkst strauji mesties ūdenī. Ieiet vajag pakāpeniski, un pirms sāk peldēt, visam jāsaslapinās;
- nedrīkst peldēties pēc ēšanas un lielas fiziskas piepūles (*starplaikam jābūt 45-50 min.*);
- nedrīkst peldēties, ja ir lieli viļņi;
- nedrīkst peldēties, ja ir slikta pašsajūta un paaugstināta temperatūra;
- atklātā ūdens tilpnē ieteicams peldēt paralēli krastam;
- nedrīkst nirt ūdenī nezināmā vietā;
- nedrīkst peldēties ilgāk par 30 min., bet ja ūdens ir auksts tad vēl ātrāk jābeidz peldēties.

3. Peldoties aizliegts:
 - ieiet ūdenī bez skolotāja atļaujas;
 - lēkt ūdenī nepazīstamās vietās;
 - peldēt ai norādītās vietas;
 - tuvoties garāmbraucošiem transporta līdzekļiem;
 - grūst ūdenī citu cilvēku no krasta vai no lēkšanas paaugstinājuma;
 - zem ūdens raut aiz kājas citu peldētāju;
 - bez nepieciešamības saukt : "Palīgā!", "Slīkstu!"
4. Cēloņi, kas izraisa nelaimes gadījumus peldoties;
 - noteikumu 1.,2.,3. p. neievērošana vai pārkāpšana.
5. Glābšanas paņēmieni (skat. pielikumu Nr.1)
6. Glābšanas līdzekļi, to pielietošana:
 - glābšanas riņķis;
 - glābšanas veste;
 - kārts;
 - dēlis;
 - virve ar galā piesietu peldošu priekšmetu;
 - ar glābšanas riņķi vai vesti nedrīkst lekt no liela augstuma ūdenī, jo var gūt kakla vai mugurkaula traumu.
7. Palīdzības sniegšana slīcējiem pirms ārsta izsaukšanas (skat. pielikumu Nr.2).
8. Braukšana ar airu laivām (izņemot piepūšamās un saliekamās) ir atļauta, ja ir dokumenti par tehnisko apkopi.
9. Noteikumi, kas jāievēro braucot ar laivām:
 - jābrauc ar ātrumu, lai novērstu sadursmes;
 - braucot pa upēm, jāturas labajā pusē;
 - jāpalaiž garām pa straumi ejošā laiva;
 - ar motorlaivu drīkst braukt no 16 gadiem.
10. Aizliegts:
 - braukt miglā, tumsā bez signāliem;
 - apstāties zem tiltiem;
 - stāvēt kājās, mainīties vietām, šūpot laivu, nirt no laivas;
 - piesārņot ūdeni.
11. Grūti noteikt, kad ūdenskrātuvēs izveidojusies droša ledus sega, traucē sals un atkusnis.
12. Bīstami iet uz ledus pavasarī.
13. 25% visu nelaimes gadījumu uz ūdens izraisa drošības noteikumu pārkāpšana uz ledus pavasarī un vasarā.
14. Vietas, kur ledus ir bīstams arī ziemā:
 - kur ietek notekūdeņi;

- kur ietek strauti un upes un iztek gruntsūdeņi;
 - melnrāju un ūdensaugu vietās;
 - kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu;
 - kur tumši un gaiši plankumi sniega segā;
 - nenorobežotās ledus ieguves vietās un āliņģos.
15. Pārbaudīt ledus izturību var, sitot ar nūju 2-3 x vienā vietā sev apkārt, ja tas neplīst un ūdens neparādās, tad tas ir pietiekoši izturīgs.
16. Ledus izturība:
- 5-7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru;
 - 12-15 cm biezs ledus iztur grupas svaru;
17. Izveidojot hokeja laukumu, ledus biežumam jābūt 25 cm, ūdens dziļumam šajā vietā- ne lielākam par 1 m.
18. Ja ledus ir ielūzis un tu atrodies āliņģī:
- nekādā gadījumā, cenšoties izkļūt no lūzuma, nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm vai gulties uz tām;
 - rokas jāizpleš sānis, jāatbalstās uz ledus un jāsauc pēc palīdzības;
 - tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz balstītos uz ledus malas;
 - palīdzības sniedzējs nedrīkst skriet vai iet uz ledus pie lūzuma vietas. Lūzuma vietai jātuvojas līšus;
 - no 2-4 m attāluma jāpamet cietušajam glābšanas līdzekļi.
19. Pirmās palīdzības sniegšana cietušajam:
- pēc iespējas ātrāk jānogādā siltā vietā;
 - ķermenis jānoberž ar vilnas drānu un jāieģērbj sausās drēbēs (*berzēšanas kustības jāizdara virzienā no galvas uz kājām*);
 - iedot karstu tēju.
20. Glābšanas līdzekļi un to lietošana:
- virve ar mezglēm
 - glābšanas dēlis;
 - glābšanas kāpnes;
 - glābšanas laivas uz sliecēm.

Pielikums Nr. 1

Kā jāglābj slīkstošs cilvēks

1. Slīkstošs cilvēks jāglābj cik ātri vien var.
2. Vispirms viņš jāuzmundrina, uzsaucot, ka tūlīt to izglābs.
3. Sākumā jāmēģina sniegt palīdzību, izmantojot vienkāršākos līdzekļus:
 - kārti;

- dēli;
 - zaru;
 - virves galā piesietu peldošu priekšmetu.
4. Nepieciešamības gadījumā nekavējoties jāsniedz palīdzība ūdenī.
 5. Jāņem vērā vai lecot ūdenī nedraud glābējam pašam briesmas.
 6. Pēc tam ātri novelk apavus un, ja laiks, atļauj arī apģērbu (*slīktākajā gadījumā tikai izvērš uz āru kabatas*).
 7. Lēkt ūdenī ar galvu uz leju nav ieteicams, labāk ir lēkt ar kājām uz leju, tās nedaudz saliecot.
 8. Ieteicams piepeldēt pie slīcēja no mugurpuses un neļaut tam satvert glābēja rokas, kājas, kaklu vai aptvert viņu ap vidukli un pavilkt zem ūdens.
 9. Piepeldot pie slīcēja jāsatver viņa apģērba apkakle, galva, apakšdelmi, rokas vai arī jāsaņem zem padusēm, pagriežot ar seju uz augšu.
 10. Visbiežāk dara tā:
 - glābēja atrodas pa kreisi no slīkstoša cilvēka, paliek savu kreiso roku zem viņa kreisās rokas un, ar plaukstu apņēmot slīcēja zodu, peld uz krastu, darbojoties ar labo roku un ar kājām.
 - ja slīcējs ar savām kustībām traucē glābēju, tad glābējs ar savu kreiso roku satver zem slīcēja kreisās paduses viņa labās rokas plaukstu un peld uz krastu, darbojoties ar brīvo labi roku un kājām.
 - visos gadījumos nogādājot slīcēju krastā, uzmanīgi jāseko, lai viņa mutē un degunā neieklūtu ūdens.
 11. Ja slīcējs ir zem ūdens, tad viņa iegrimšanas vietu var noteikt pēc gaisa burbulīšiem, kuri paceļas augšup no dziļuma.
 12. Lai atrastu slīcēju, jāienirst gaisa burbulīšu pacelšanās vietā, zem ūdens jāatver acis un uzmanīgi jāaplūko dibens.
 13. Ieraugot slīcēju guļam dibenā, tas jāsatver aiz apakšdelmiem vai galvas un strauji atgrūžoties no dibena, jāizpeld virspusē.
 14. Kad ir sasniegts krasts, slīcēju uzceļ uz viena vai abiem pleciem un iznes krastā.
 15. Ja slīcēju glābj, atrodoties laivā, tad viņam brauc klāt pretēji straumes virzienam.
 16. Ja ir stipri viļņi un vējš, tad piebrauc pretēji viļņu un vēja virzienam.
 17. Lai slīcējs varētu ilgāk noturēties virs ūdens, tam pasviež glābšanas riņķi. Glābējs divas trīs reizes atvēzējoties, met riņķi cik vien tuvu var slīcējam.
 18. Var izmantot arī citus priekšmetus, kas turas virs ūdens.
 19. Iecelt slīcēju laivā vislabāk tās pakaļgalā. Ja glābēji ir divi, tad viens nosēžas uz laivas pakaļgalu, pārlietot kājas pāri malai, bet otrs pievirza laivas pakaļgalu pie slīcēja.
 20. Pēc tam aizmugurē sēdošais glābējs satver slīcēju zem padusēm un, nedaudz pavelkot viņu uz augšu, iebāž savu kājas pēdu starp glābjamā kājām.
 21. Pēc tam, atliecoties atpakaļ, ar otra glābēja palīdzību ievelk slīcēju laivā.
 22. Ja ūdenī atrodas vairāki cilvēki, pirmais jāglābj to, kam nepieciešams nekavējoties sniegt palīdzību, pārējiem pamatot glābšanas riņķus vai citus glābšanas līdzekļus.

Kā sniegt pirmo palīdzību slīcējam

1. Kad slīcējs izvilkts krastā, nekavējoties jāatbrīvo tā elpošanas ceļi un kuņģis no ūdens.
2. Ja cilvēks nav zaudējis samaņu un nav sācis spontāni vemt, tad ir vēlams izraisīt vemšanu, kairinot mēles sakni un rīkles aizmugurējo sienīņu.
3. Ja slīcējs ir zaudējis samaņu, tas jānogulda uz vēdera ar seju leju uz glābēja taisnā leņķī saliekt ceļa tā, lai slīcēja galva atrastos zemāk par vidukli.
4. Pēc tam ar kabatlakatiņu, marles salveti vai tīru lupatiņu atbrīvo viņa muti un degunu no putām, netīrumiem un gļotām.
5. Ja cietušā mute ir aizvērta, jāmēģina to atvērt, cenšoties pavilkt apakšžokli uz leju, ar pirkstiem spiežot uz cietušā zoda. Dažkārt šim nolūkam izmanto ar lakatiņu aptītu naža asmeni, karotes kātu vai jebkuru citu plakanu priekšmetu, iebīdot to starp slīcēja dzerokļiem un darbojoties ar to kā sviru.
6. Kad cietušā mute ir atvērta, no tās izvelk mēli, un uzmanot, lai mēle neaizkristu, atbrīvo elpošanas ceļus, plaušas un kuņģi no ūdens. Lai to izdarītu, tad ar delnām vairākas reizes ritmiski uzspiež cietušā krūškurvim no mugurpuses.
7. Kad mutes dobums ir iztīrīts un plaušas un kuņģis atbrīvots no ūdens, slīcēju nogulda līdzenā, sausā vietā ar seju uz augšu, viņam noauj kājas, novelk slapjo apģērbu, apslauka viņu un uzsedz viņam segu.
8. Ja cietušajam ir traumas, tad atkarībā no to veida viņam jāaptur asiņošana, jāmobilizē bojātie locekļi, jāuzliek pārsēji, jāizsauc ĀMP*.
9. Ja elpošana neatjaunojas, tad nekavējoties jāuzsāk elpināšana (*vislabāk no mutes mutē*). Mākslīgo elpināšanu turpina kamēr atjaunojas patstāvīgā elpošana vai arī parādās nepārprotamas nāves pazīmes (*acu zīlītes jau ilgāku laiku nereaģē uz gaismu, ķermenis sastingst*).
10. Vienlaikus ar mākslīgo elpināšanu cietušajam novelk slapjo apģērbu un norīvē ar vilnas audumu.
11. Pēc tam, kad slīcējs ir atguvis samaņu, viņam dod karstu tēju vai kafiju, līdzekļus, kas veicina sirdsdarbību, nogulda siltā gultā un pieliek klāt termoforus.

Aktualizēts: 01.09.2020.

Engures Mūzikas un
mākslas skolas direktore



Ina Ineta Gailāne