



Civilā aizsardzība

Publicēts: 08.06.2020.

Kas jāzina, lai pasargātu sevi?

LAI PASARGĀTU SEVI iedzīvotājiem ir jāatceras tikai viens tālruņa numurs, kas garantē ātru un efektīvu rīcību nelaimes gadījumos - VALSTS UGUNSDZĒSĪBAS UN GLĀBŠANAS DIENESTS - 112.

Tālrunis ir bezmaksas zvans no jebkura telefona (arī bez mobilā telefona SIM kartes - no jebkuras vietas Latvijā, kur ir mobilā sakaru tīkla pārklājums). Dienests sniegs informāciju, kā rīkoties konkrētajā situācijā, vai arī savienos ar atbilstošu palīdzības dienestu - Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu (ātro palīdzību), Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestu (ugunsdzēsējiem), Valsts policiju, Pašvaldības policiju, gāzes avārijas dienestu, kā arī ar citiem dienestiem.

112 ir vienots ārkārtējo izsaukumu tālrunis Eiropas Savienības valstīs. Tāpat var izmantot dienestu tiešos telefona savienojumus:

- ugunsdzēsēji 112,
- policija 112 vai 110,
- ātrā palīdzība 112 vai 113,
- gāzes avārijas dienests 112 vai 114.

IEDZĪVOTĀJU APZIŅOŠANA

Lai brīdinātu iedzīvotājus katastrofu un to draudu gadījumos, tiks iedarbinātas trauksmes sirēnas. Lai saņemtu informāciju par dabas katastrofu, rūpniecisko avāriju un to draudu gadījumiem, rīcību un veicamajiem pasākumiem, ieslēdziet:

- Latvijas radio 1,
- Latvijas radio 2,
- Latvijas radio 3,
- Latvijas radio 4,
- Latvijas radio 5,
- Radio SWH,
- Radio Skonto,
- Latvijas Kristīgo,
- Saldus Radio,
- MG Latgolas Bolss,
- Latvijas televīziju LTV 1 un LTV 7,
- PBK (Pirmais Baltijas kanāls),
- Vidusdaugavas televīzija,
- Latgales reģionālā televīzija,

- Talsu televīzija,
- DAUTKOM TV.

Neizslēdziet radioaparātus un televizorus, klausieties turpmāko informāciju. Ieklausieties policijas un ugunsdzēsības un glābšanas dienesta personāla sniegtajos paziņojumos pa skaļruņiem un izpildiet tos. Paziņojiet par notikušo Jūsu tuvākajiem kaimiņiem.

APDRAUDĒTO CILVĒKU EVAKUĀCIJA

Informācija par evakuēšanās nepieciešamību un papildus norādījumi Jums tiks sniegti pa radio un televīziju, vai ar policijas, ugunsdzēsēju automašīnu skaļruņu palīdzību.

Evakuācijas izziņošanas gadījumā, ar nodrošināto transportu, ja iespējams, ar savu personīgo autotransportu dodieties prom norādītajā virzienā.

Evakuācijas gadījumā ņemiet līdzi personas dokumentus, skaidru naudu, vērtslietas, pārtikas rezervi, dzeramo ūdeni un tikai nepieciešamo apģērbu.

Neceliet paniku un saglabājiet mieru!

GATAVĪBA NESTANDARTA SITUĀCIJĀM

Iepriekš sagatavojieties iespējamām ārkārtas, nestandarta situācijām. Ieteicams turēt rezervē:

- sērskociņus, sveces, kabatas lukturus, petrolejas lampu,
- radio ar rezerves baterijām,
- gāzes (spirta) plītiņu,
- medicīnisko aptieciņu un nepieciešamās zāles,
- pārtikas rezerves, kuras uzglabājamas ārpus ledusskapja un dzeramo ūdeni,
- skaidru naudu.

Personas dokumentus uzglabājiet visiem ģimenes locekļiem zināmā un pieejamā vietā.

Rīcība dažādās katastrofās:

Bīstamo ķīmisko vielu noplūde vai radiācijas avārija

Ja notikusi bīstamo ķīmisko vielu noplūde un jūs atrodaties ārpus telpām

- 1 atrodieties notikuma epicentrā vai tā tuvumā, nostāieties perpendikulāri (90°) vēja virzienam (vējš pūš no sāna) un ejiet vismaz 800 m uz priekšu ārā no bīstamās zonas. Informējiet citus par notikušo;
- 2 neaiztieciet šķidrās vai cietās ķīmiskas vielas, neejiet dūmu vai miglas mākonī. Atstājot piesārņoto teritoriju, aizklājiet muti ar audumu vai apģērbu;
- 3 ja esat bijis pakļauts bīstamo vielu ietekmei un jums ir slikta pašsajūta, vērsieties pēc palīdzības pie medicīnas darbiniekiem;
- 4 atgriezieties telpās tikai pēc operatīvo dienestu darbinieku atļaujas, atveriet logus, lai izvēdinātu telpas.

Ja notikusi bīstamo ķīmisko vielu noplūde vai radiācijas avārija un jūs atrodaties ēkā

- 1 aizveriet ārdurvis, iekšdurvis, logus un visas iespējamās atveres, lai gaiss no ārpusē neieplūst telpās;
- 2 noslēdziet vai izslēdziet ventilāciju, gaisa kondicionierus, aiztaisiet ar līmlenti, plēvi vai alumīnija foliju atveres nosūces mehānismiem virtuvē, vannas istabā un citās telpās;
- 3 aiztaisiet atveres zem durvīm ar mitriem dvieļiem vai plastmasas plēvi un līmlenti;

- 4 ejiet uz telpu, kas ir virs zemes līmeņa un kurai ir vismazāk atveres uz ārpusi;
- 5 ja gāzes vai tvaiki iekļūst ēkā, veiciet seklas ieelpas caur dvieli vai citu audumu.

Ja notikusi radiācijas avārija un jūs esat ārpus telpām, dodieties iekšā tuvākajā ēkā. Atrodoties ēkā:

- 1 neejiet no tās ārā, aizveriet ārdurvis, iekšdurvis, logus un visas iespējamās atveres, lai gaiss no ārpuses neieplūst telpās;
- 2 noslēdziet vai izslēdziet ventilāciju, gaisa kondicionierus, aiztaisiet ar limlenti, plēvi vai alumīnija foliju atveres nosūces mehānismiem virtuvē, vannas istabā un citās telpās;
- 3 ja esat bijis ārpus telpām, novelciet drēbes, ielieciet tās polietilēna maisiņā un to noslēdziet. Rūpīgi nomazgājieties dušā ar lielu daudzumu silta ūdens, izmantojot ziepes un mīkstu beržamo suku. Centieties nesavainot ādu. Spēcīgi berzējot, izmazgājiet matus. Izskalojiet mutes dobumu ar tīru ūdeni. Mazgāšanos atkārtojiet 2-3 reizes. Izvairieties no mazgāšanās līdzekļu putu iekļūšanas acīs un mutē;
- 4 sagatavojiet dzeramā ūdens krājumus slēgtos traukos;
- 5 sagatavojiet elpošanas ceļu aizsardzības līdzekļus – sejas apsējus, vājā citronskābes šķīdumā samērcētas vates un marles saites, respiratorus, gāzmaskas, kā arī blīva auduma drēbes, apmetņus, cimdus, zābakus.

Lauku apvidos ievēdiat mājlopus telpās, veiciet lopbarības un ūdens avotu hermetizāciju.

Ja braucat ar automašīnu un notikusi bīstamo ķīmisko vielu noplūde vai radiācijas avārija apstājieties un meklējiet patvērumu ēkā. Ja jums ir jāpaliek automašīnā, turiet aizvērtus automašīnas logus un izslēdziet ventilāciju, gaisa kondicionieri un sildītāju.



[RADIĀCIJAS AVĀRIJA \(skatīt arī bukletu šeit\)](#) (1.25 MB)

Negaiss:

Ko darīt, ja saņemts brīdinājums par negaisu un spēcīgām vēja brāzmām?

- 1 bez īpašas vajadzības, nedodieties ārā no ēkas;
- 2 nostipriniet uz balkona vai mājas pagalmā esošos objektus, kas var tikt aizpūsti un izraisīt bojājumus;
- 3 aizveriet durvis un logus, žalūzijas vai aizkarus;
- 4 savlaicīgi atvienojiet elektroiekārtas. Zibens izraisīts strāvas vai sprieguma kāpums var izraisīt nopietnus bojājumus;
- 5 nenovietojiet automašīnu zem kokiem.

Ko darīt, ja sācies negaiss un es atrodos ēkā?

- 1 palieciet ēkā un izvairieties no saskaršanās ar elektroierīcēm, vadiem un metāla priekšmetiem. Elektroierīces atvienojiet no strāvas;
- 2 nemazgājiet rokas, traukus, veļu, neejiet dušā. Nekuriniet plīti vai krāsni;
- 3 neejiet pie logiem vai durvīm, neuzturieties verandā, uz balkona vai lodžijas.

Ko darīt, ja sācies negaiss un es atrodos ārpus telpām?

- 1 patverieties ēkā vai automašīnā. Ja esat automašīnā, atrodiet drošu vietu, kur apstāties, palieciet tajā, nepieskarieties metāla virsmām, ieslēdziet avārijas gaismas signālu;
- 2 atrodoties mežā, meklējiet patvērumu zemākā zonā, biezoknī ar zemiem kokiem;
- 3 atrodoties atklātā teritorijā, patverieties zemā vietā, piemēram, gravā vai ielejā. Izvairieties no atrašanās uz pakalniem, klajā

laukā, blakus elektrolīnijām;

- 4 izvairieties no patveršanās nojumē, sīku konstrukciju ēkās vai zem lieliem atsevišķi augošiem kokiem atklātā teritorijā;
- 5 atrodoties uz ūdens, mēģiniet nokļūt krastā un nekavējoties meklējiet patvērumu;
- 6 neguliet uz betona virsmas vai nepieslienieties betona sienām;
- 7 noņemiet dārglietas, izvairieties no saskaršanās ar metāla priekšmetiem, lauksaimniecības tehniku, velosipēdu utt.

Plūdi:

Ko man darīt laikā, ja pastāv plūdu draudi?

- 1 vērsieties savā pašvaldībā un noskaidrojiet, vai jūs atrodaties plūdu apdraudētajā teritorijā;
- 2 klausieties meteorologu brīdinājumus un sekojiet situācijas attīstībai savu mājokļu tuvumā, informējiet kaimiņus;
- 3 noskaidrojiet un saglabājiet savā mobilajā telefonā un piezīmju grāmatiņā tālruņu numurus, uz kuriem jāzvana, lai ziņotu par plūdu sākšanos un saņemtu palīdzību - pašvaldības un operatīvo dienestu tālruņa numurus;
- 4 ja atrodaties plūdu apdraudētā teritorijā, savlaicīgi parūpējieties par veciem cilvēkiem, bērniem, invalīdiem un slimniekiem, atrotot viņiem šajā laikā drošāku mājvietu pie radiem vai draugiem. Nepieciešamības gadījumā lūdziet palīdzību savā pašvaldībā;
- 5 apziniet vietu, kur nepieciešamības gadījumā evakuēt mājlopus, mājdzīvniekus un kā tos nodrošināt ar barību. Ja tādas iespējas nav, jau savlaicīgi griezieties pēc palīdzības savā pašvaldībā;
- 6 lai samazinātu plūdu nodarītos materiālos zaudējumus, pārvietojiet mantas no pagrabtelpām un pirmajiem stāviem uz augšējiem stāviem vai bēniņiem, nostipriniet pagalmā un mājas tuvumā esošus priekšmetus. Sagatavojiet mantas, ko ņemsiet līdzī evakuējoties, jo māja var applūst īsā laika brīdī;
- 7 sagatavojiet evakuācijai izmantojamos transporta līdzekļus (automašīnas, traktoros u.c.) un peldošos līdzekļus (laivas, plostus u.c.).

Ko man darīt, ja negaidīti sākušies plūdi un nav iespējams evakuēties?

- 1 ja apdraudēta jūsu veselība vai dzīvība zvaniet Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa tālruni 112. Ja nepieciešama cita veida palīdzība, zvaniet savai pašvaldībai;
- 2 pārvietojieties uz ēkas augšējiem stāviem vai jumtu. Ja plūdi sākušies naktī, izmantojiet kabatas lukturīšus, lai glābējiem signalizētu par savu atrašanās vietu;
- 3 atstājot māju un saimniecības ēkas, atslēdziet elektroenerģijas un gāzes padevi, vietējās apkures ierīces un iekārtas, aizveriet logus, durvis, lūkas un slēģus.

Ugunsgrēks:

Ko darīt, ja ēkā, kurā atrodos, ir izcēlies ugunsgrēks?

Nekrītiēt panikā, jo objektīvs situācijas novērtējums un pareizas rīcības izvēle palielinās Jūsu iespējas izglābties. Ja telpā izveidojies sadūmojums, rāpojiet uz tuvāko glābšanas izeju. Turoties tuvāk grīdai, Jums ir lielāka iespēja paglābties no sadūmojuma un karstuma ietekmes.

Ja Jūs varat izkļūt no ēka:

- 1 pirms atveriet kādas durvis, uzmanīgi tās pataustiet, ja jūtat, ka tās nav karstas, mazliet paveriet un pārlicinieties, vai ārpusē nav dūmi un uguns. Kad esat izkļuvis no telpas, aizveriet durvis, tas mazinās uguns izplatību un aizsargās Jūsu īpašumu;
- 2 ja ēkā ir spēcīgs sadūmojums, nemēģiniet meklēt, kurā vietā deg. Vērtīgais laiks, ko tādējādi zaudēsiet, var būt izšķirošs, lai

paspētu izglābties;

- 3 jebkurā vietā, kur nakšņojat, apziniet evakuācijas iespējas;
- 4 ugunsgrēka gadījumā neizmantojiet liftu;
- 5 kad esat nokļuvis drošībā, zvaniet 112. Neuzskatiet par pašsaprotamu, ka to jau būs izdarījis kāds no kaimiņiem. Nenolieciet klausuli, kamēr dispečeri nav saņēmuši visu nepieciešamo informāciju;
- 6 Neejiet atpakaļ mājā, kamēr ugunsdzēsēji to nav atļāvuši.

Ja Jūs nevarat izkļūt no ēkas:

- 1 ja paverot durvis, tās ir karstas vai aiz tām ir spēcīgs, necaurredzams sadūmojums vai liesmas, ar mitriem dvieļiem, segām, drēbēm vai palagiem nosedziet durvju spraugas;
- 2 ja ir pieejams telefons, zvaniet uz tālruni 112;
- 3 rāpojiet pie loga un mazliet paveriet to. Atverot logu pilnīgi, Jūs radīsiet caurvēju, kas veicinās dūmu pieplūdumu istabā;
- 4 turieties zemu pie loga, lai varētu elpot gaisu no ārpuses un izvairīties no dūmiem, kas piepilda telpu. Signalizējiet ugunsdzēsējiem glābējiem par savu atrašanās vietu, radot troksni vai vicinot kādu apģērba gabalu;
- 5 tikai galējas nepieciešamības gadījumā atveriet logu pilnīgi vai izsitiet stiklu. Tādā gadījumā dūmi var iekļūt istabā arī no mājas ārpuses;
- 6 ja iespējams, aizsedziet degunu un muti ar kādu samitrinātu materiālu, tas filtrēs dūmus un elpot būs vieglāk.

Elektrības piegādes traucējumi:

Ikdienā kvalitatīvas, drošas un nepārtrauktas elektroapgādes nodrošināšanai AS „Sadales tīkls” veic elektrotīklu uzturēšanas darbus, tomēr kā ikvienā valstī arī Latvijā 95000 km elektrotīkls nevar būt pilnībā pasargāts no nelabvēlīgu laika apstākļu (vētras, plūdu), kā arī nejaušu notikumu un trešo personu izraisītiem bojājumiem, kas rada neplānotus elektroenerģijas piegādes pārtraukumus lietotājiem. Atsevišķu un plašu katastrofu (plūdi, vētra u.c.) seku rezultātā elektrības piegādes traucējumi var būt arī ilgstoši.

Ko darīt, ja ēkā nav elektrības?

- 1 ja ēkā pēkšņi pazūd elektrība, noskaidrojiet, vai elektrība nav tikai jūsu mājoklī, visā ēkā vai arī tuvumā esošajās kaimiņu ēkās. Krēslas stundās un tumsā, paskatoties pa logu, var konstatēt, vai blakus esošo ēku logi ir apgaismoti;
- 2 ja esat konstatējis, ka elektrības nav visā dzīvojamā mājā vai plašākā apkārtnē, zvaniet uz AS "Sadales tīkls" bezmaksas bojājumu pieteikšanas tālruni 80200404;
- 3 izslēdziet vai atvienojiet ierīces, kas patērē elektroenerģiju, lai tās droši darbinātu tad, kad elektroenerģijas piegāde tiks atjaunota;
- 4 lietojiet mobilo tālruni tikai ārkārtas gadījumos un zvaniet uz 112 tikai situācijās, kad ir apdraudēta dzīvība vai veselība. Ilgstošas elektrības piegādes traucējumu gadījumā darbojošs mobilais telefons jums būs nepieciešams, lai saņemtu palīdzību.

Lai pasargātu savas elektroietāises no īslaicīgu sprieguma pārtraukumu radītas ietekmes, var nodrošināties ar bezpārtraukuma barošanas avotiem (UPS), kas paredzēti dažādu elektroierīču (datortehnikas, apkures iekārtu, ražošanas iekārtu, signalizāciju u.c.) darbības nodrošināšanai elektroenerģijas piegādes pārtraukuma laikā. Medicīnas iestādes, lieli ražošanas uzņēmumi papildus drošībai izmanto ģeneratorus.

ATCERIETIES: Redzot zemē guļošu elektrolīnijas vadu vai uz līnijas uzkritušu koku, nekādā gadījumā netuvojieties tam un neļaujiet tuvoties arī citiem!

Ēku sagrūvums:

Ja pastāv ēkas sagrūvuma draudi:

- 1 nekavējoties pamet ēku.
- 2 Neizmanto liftu.

Ja sācies ēkas sagrūvums:

Situācijas tāpat kā ēku konstrukcijas, ir atšķirīgas, tāpēc, izvērtējot riskus, ņem vērā šādus ieteikumus:

- 1 Mēģini patverties zem stingras aizsargbarjeras, piemēram, nesošās iekšējās sienas durvju ailē, zem galda. Netuvojies un nemeklē patvērumu pie logiem, ārējām sienām un priekšmetiem, kas var nokrist, piemēram, apgaismes ierīces vai mēbeles.
- 2 Nometies uz ceļiem, aptver galvu un kaklu ar rokām. Šī poza tevi pasargās no pakrišanas un daļēji aizsargās dzīvībai svarīgus orgānus.
- 3 Paliec uz vietas līdz beidzas sagrūvums.
- 4 Kad sagrūvums beidzas, pamet ēku, izvairoties no nestabiliem objektiem vai konstrukcijām. Neizmanto liftu!
- 5 Sagrūvuma rezultātā var tikt pārrauti elektrības vadi, ūdens un kanalizācijas caurules, kas var radīt traumas.

Ja esi iesprostots sagrūvumā:

- 1 Ja tev ir mobilais telefons, zvani uz numuru 112.
- 2 Izmanto jebkurus līdzekļus, lai pievērstu glābēju uzmanību, piemēram, klauvē pie ēkas konstrukcijām, caurulēm, radiatoriem.
- 3 Elpojot aizklāj muti ar audumu vai apģērbu.

<https://www.vugd.gov.lv/lv/civila-aizsardziba-0>