



1.NODAĻA: MĀJAS KATASTROFU GATAVĪBA UN REAGĒŠANA

MĀCĪBU MODULIS 2: MĀJAS KATASTROFU MĪTU UN DEZINFORMĀCIJAS ATSPĒKOŠANA

Autors: Von Hope / VETREADY Project Partnership

Projekta numurs: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



**Co-funded by
the European Union**

Finansēts ar Eiropas Savienības atbalstu. Izteiktie uzskati un viedokļi ir tikai autora(-u) atbildība un neatspoguļo Eiropas Savienības vai Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) oficiālo nostāju. Ne Eiropas Savienība, ne finansējuma piešķirējinstanse nav atbildīga par šeit sniegto informāciju.



Mācību moduļa mērķis

Vispārīgais mērķis: Šis mācību modulis ir izstrādāts, lai palīdzētu izglītojamajiem iegūt nepieciešamās prasmes, lai atšķirtu pareizu informāciju no maldinošas informācijas ar mājas katastrofā m saistītu katastrofu laikā. Galvenais mērķis ir nodrošināt, ka izglītojamie pareizi reaģē uz ārkārtas situācijām un uztur savu drošību šo ārkārtas situāciju laikā.

Mācību moduļa ilgums: 2,6 akadēmiskās stundas

Vērtēšanas metode: Izvēles jautājumu tests pēc mācību moduļa apguves

Mērķa grupas:

- profesionālās izglītības programmu izglītojamie
- profesionālās tālākizglītības pieaugušie un pieaugušo izglītības programmu izglītojamie
- diasporas izglītojamie
- profesionālās pilnveides, profesionālās tālākizglītības un neformālās pieaugušo izglītības mācībspēki

Mācību sasniegumu atzīšana

- **Izglītojamiem:**
Apliecība par mācību programmas (neformālās izglītības) apguvi
- **Mācībspēkiem:**
Apliecība par profesionālās kompetences pilnveidi

Sasniedzamā ESCO transversālā prasme T kategorijā: T3.2: Proaktīva pieeja

Mācību moduļa sagaidāmie mācību rezultāti

Zināšanas

1. Atpazīt izplatītākos mītus un maldīgus priekšstatus par mājstaimniecību katastrofu gatavību.
2. Izprast, kā dezinformācija izplatās un kā tā ietekmē lēmumu pieņemšanu ārkārtas situācijās.
3. Skaidrot uz pierādījumiem balstītas drošības prakses, kas samazina riskus mājās katastrofu laikā.

Prasmes

Pēc šī mācību moduļa apguves izglītojamie spēs:

1. Identificēt neuzticamu informāciju un atšķirt to no pārbaudītiem avotiem ārkārtas situāciju laikā.
2. Pielietot pareizas drošības procedūras un saziņas stratēģijas mājstaimniecības katastrofu situācijās.
3. Efektīvi sadarboties ar ģimenes locekļiem, izstrādājot un ieviešot vienkāršu mājstaimniecības gatavības plānu.

Šīs prasmes tieši atbilst **transversālajām ESCO prasmēm T3.2:**

Proaktīva pieeja:

uzņemties atbildību
pieņemt lēmumus
izrādīt apņēmību

Ievads: Kas ir mājsaimniecību katastrofu mītu un dezinformācijas atspēkošana

- *"Katastrofu mītu kļiedēšana mājās"* koncentrējas uz izpratni par to, kā dezinformācija un mīti par katastrofām var izraisīt nedrošas darbības un palielināt riskus ārkārtas situācijās. Modulis mudina izglītojamos kritiski domāt par to, ko viņi dzird, lasa vai dalās, īpaši krīzes laikā.
- Katastrofu laikā ātri izplatās nepatiesi uzskati un nepārbaudīta informācija, izraisot paniku un apjukumu.
- Daudzi cilvēki rīkojas, balstoties uz mītiem, piemēram, "stāvēt durvīs ir visdrošāk", kas faktiski var palielināt briesmas. Iemācoties atpazīt dezinformāciju, indivīdi un ģimenes var pieņemt labākus un drošākus lēmumus. Precīzu, uz pierādījumiem balstītu zināšanu veicināšana atbalsta kopienas noturību un galu galā var glābt dzīvības.

Galvenie jēdzieni un terminoloģija

- **Katastrofa:** Pēkšņs notikums, piemēram, zemestrīce, plūdi vai ugunsgrēks, kas rada nopietnu kaitējumu cilvēkiem, īpašumam un videi.
- **Gatavība:** Pasākumi, kas tiek veikti pirms katastrofas, lai mazinātu riskus un aizsargātu sevi un ģimeni (piemēram, ārkārtas plāna izstrāde, mēbeļu nostiprināšana).
- **Dezinformācija:** Nepatiesa vai maldinoša informācija, kas tiek izplatīta bez kaitējuma nodoma, bet var radīt apjukumu un nedrošu rīcību ārkārtas situācijās.
- **Mīts:** Plaši izplatīts, bet nepareizs priekšstats vai uzskats — piemēram, “zemestrīces laikā visdrošāk ir nostāties durvju ailē”.
- **Kritiskā domāšana:** Spēja rūpīgi analizēt informāciju, izvērtēt avotus un pieņemt pamatotus lēmumus, balstoties uz pierādījumiem.
- **Saziņa ārkārtas situācijās:** Precīzas un saprotamas informācijas nodošana pirms, notikuma laikā un pēc katastrofas, lai palīdzētu cilvēkiem saglabāt drošību.
- **Noturība:** Individu, ģimeņu vai kopienu spēja ātri atgūties un pielāgoties pēc katastrofas vai sarežģītas situācijas.

Tēmas svarīguma izpratne

- Visā pasaulē klimata pārmaiņu un urbanizācijas dēļ katastrofas kļūst arvien biežākas un smagākas. 2023. gadā vien Eiropas Vides aģentūra ziņoja par vairāk nekā 30 lielām dabas katastrofām Eiropā, tostarp plūdiem, meža ugunsgrēkiem un karstuma viļņiem, kas nodarīja zaudējumus vairāk nekā 13 miljardu eiro apmērā. Visā pasaulē ar klimatu saistīto katastrofu skaits kopš 1970. gadiem ir četrkāršojies (UNDRR, 2023). Neraugoties uz tehnoloģisko progresu, iedzīvotāju gatavība joprojām ir zema: saskaņā ar Eiropabarometra datiem tikai 37 % ES iedzīvotāju jūtas gatavi rīkoties ārkārtas situācijā mājās. Daudzos gadījumos izdzīvošana un atveseļošanās ir atkarīga no mājsaimniecības līmeņa gatavības - piekļuves ārkārtas komplektiem, pirmās palīdzības zināšanām un efektīviem reaģēšanas plāniem. Eiropas Savienība par prioritāti izvirza noturību pret katastrofām, izmantojot tādas stratēģijas kā ES civilās aizsardzības mehānisms, Eiropas pielāgošanās klimata pārmaiņām stratēģija un Eiropas zaļais kurss. Šīs politikas mērķis ir stiprināt gatavību, uzlabot koordināciju starp dalībvalstīm un veicināt ilgtspējīgu pielāgošanos dabas apdraudējumiem.

Kāpēc šis mācību modulis ir svarīgs?

- Šī apmācība galvenokārt nav saistīta ar datu vai teorētisko zināšanu nodošanu. Tas ir par mīloto cilvēku aizsardzību, mājas aizsardzību un iespēju nodrošināties pret neiedomājamo.

Ugunsgrēks, plūdi vai zemestrīce var apgriezt jūsu pasauli otrādi vienā mirklī. Gatavība dod jums izšķirošu kontroles sajūtu, kad bailes pārņem virsroku. Šis modulis nodrošinās jums pareizo informāciju, lai atdalītu faktus no daiļliteratūras, un prasmes rīkoties efektīvi, kad sekundes ir svarīgas.

Atcerieties: lēmumi, ko jūs pieņemat haosā, noteiks jūsu nākotni. Šī apmācība ir par jūsu mājas drošības paaugstināšanu ar vienkāršām, pareizām darbībām. Tas nav tikai kurss; Tas ir ieguldījums jūsu ģimenes sirdsmierā.



1. attēls. Precīza informācija aizsargā jūsu māju no katastrofām
(AI ģenerēts no ChatGPT)

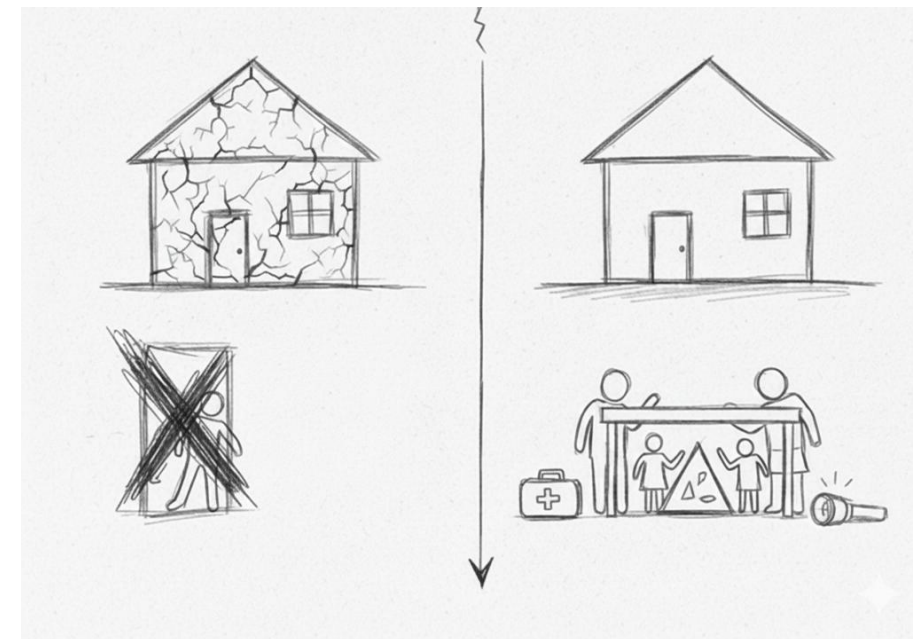
Dabas katastrofas māsaimniecību katastrofu mītu un dezinformācijas kontekstā

- Dabas katastrofas (zemestrīces, plūdi, vētras) bieži izraisa plaši izplatītu dezinformāciju.
Mīti par drošības pasākumiem var palielināt risku, nevis samazināt to.
Maldīgi uzskati aizkavē reakcijas laiku un kaitē kopienas noturībai.
Šis modulis palīdz atdalīt faktus no mītiem mājas katastrofu gatavībā.

Zemestrīces

Kāpēc tas ir svarīgi

- Pēkšņas un neparedzamas, radot nopietnus mājas bojājumus. Maldinoša informācija ātri izplatās (piemēram, mīts "stāvēt durvju ailē"). Pareiza sagatavotība var glābt dzīvības, bet mīti noved pie nedrošām darbībām. Faktu izpratne palīdz mājsaimniecībām rīkoties ātri un droši.



2. attēls. Pareiza sagatavošana var glābt dzīvības
Bet mīti noved pie nedrošām darbībām.

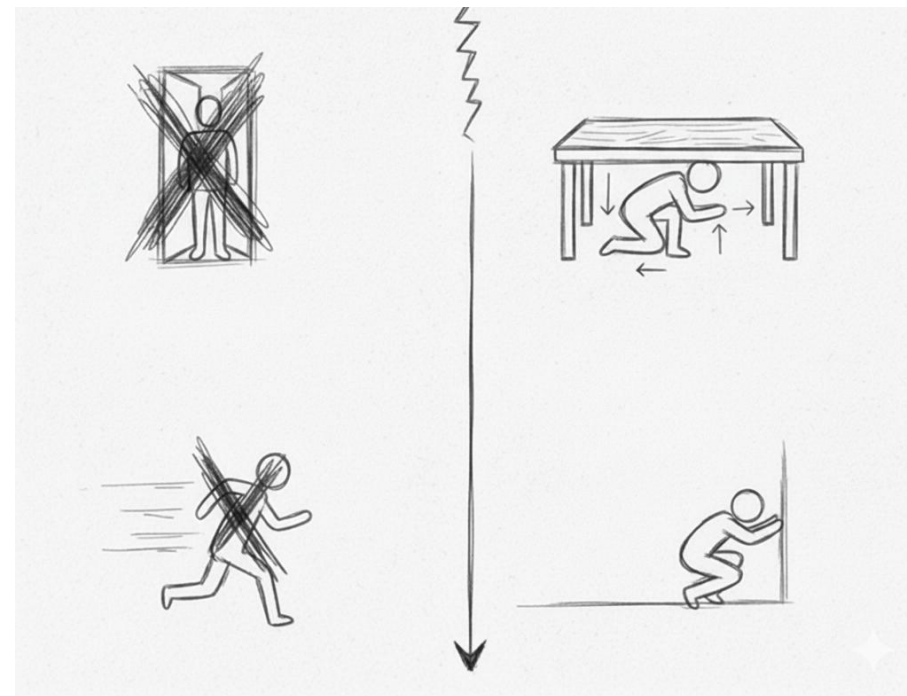
(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Zemestrīces

Zemestrīces mīti - atspēkoti

Mīts: "Stāvēšana durvju ailē ir drošākā vieta."
Fakts: Durvis mūsdienu mājās nav drošākas par citām jomām. Nometiet, nosedziet un turiet zem izturīgām mēbelēm ir drošāk.

Mīts: «Zemestrīces laikā jums vajadzētu skriet ārā."
Fakts: Lielākā daļa traumu notiek, mēģinot kustēties - palieciet vietā un aizsargājiet sevi.



3. attēls. Lielākā daļa traumu notiek, mēģinot pārvietoties
Palieciet un aizsargājiet sevi.

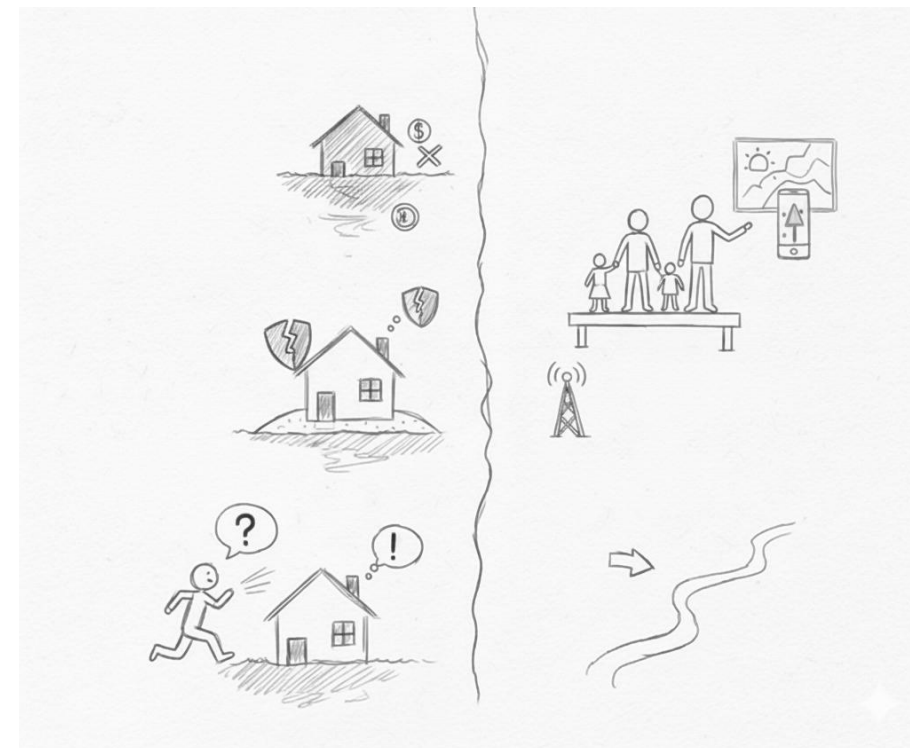
(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Lielākā daļa traumu notiek, mēģinot kustēties - palieciet vietā un aizsargājiet sevi.

Plūdi

Kāpēc tas ir svarīgi

- Biežas un dārgas katastrofas, īpaši zemās vietās.
Viltus uzticība apdrošināšanai vai paaugstinājumam apdraud mājas.
Pārpratumi par plūdu brīdinājumiem var aizkavēt evakuāciju.
Precīza informācija palīdz novērst īpašuma zaudējumus un traumas



4. attēls. Precīza informācija palīdz novērst īpašuma zaudējumus un traumas

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Plūdi

Plūdu mīti - atspēkoti

Mīts: "Daži centimetri ūdens nevar kaitēt jums vai jūsu automašīnai."

Fakts: Tikai 15 centimetri ūdens var izsist jūs no kājām; 30 centimetri var aiznest automašīnu.

Mīts: "Es nedzīvoju pie ūdens, tāpēc esmu drošībā."

Fakts: Pilsētu plūdi un slikta drenāža var izraisīt pēkšņus plūdus jebkurā vietā.



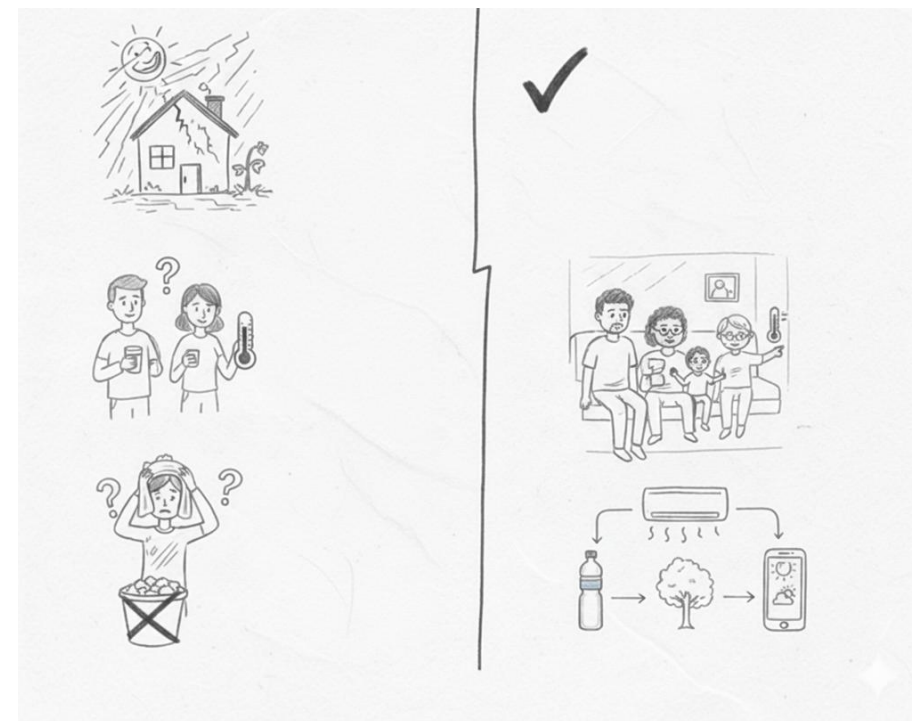
5. attēls. Plūdu mīti - atspēkots

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Karstuma viļņi

Kāpēc tas ir svarīgi

- Klusi un nepietiekami novērtēti draudi veselībai un mājām. Maldinoša informācija par hidratāciju, atdzesēšanu un neaizsargātām grupām ir izplatīta. Cilvēki bieži paļaujas uz viltus līdzekļiem vai nenovērtē briesmas. Izpratne palīdz novērst karstuma izraisītas slimības vai nāvi.



6. attēls. Karstuma viļņi - kāpēc tie ir svarīgi

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Karstuma viļņi

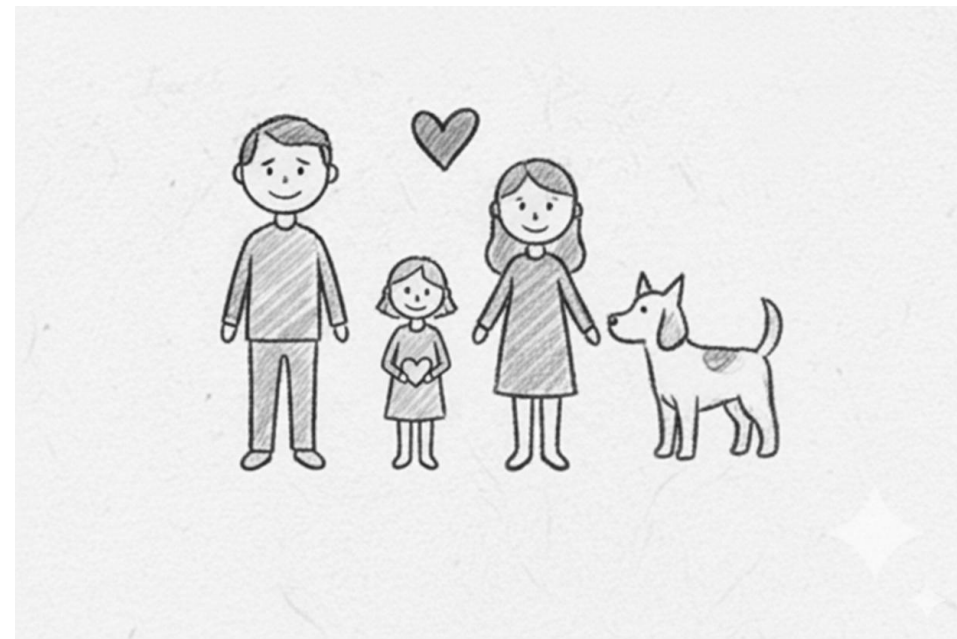
Karstuma viļņu mīti - atspēkoti

Mīts: "Ventilatori ir pietiekami, lai atdzesētos ārkārtējā karstuma laikā."

Fakts: Ventilatoros var cirkulēt karsts gaiss untas var nenovērst karstuma dūrienu augstā temperatūrā.

Mīts: "Tikai vecāka gadagājuma cilvēki ir pakļauti riskam."

Fakts: Bērni, cilvēki ar hroniskām slimībām un pat mājdzīvnieki ir arī ļoti neaizsargāti.



7. attēls. Bērni, cilvēki ar hroniskām slimībām un ecen mājdzīvnieki ir ļoti neaizsargāti

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Apstājies un padomā

Mirkļi: kad katra sekunde ir svarīga!!

- Sociālo mediju ieraksts brīdina par otru, spēcīgāku zemestrīci, kas gaidāma "jebkurā minūtē". Panika ātri izplatās. Kaimiņi steidzas ārā no ēkas, grūstoties, klieodzot, daži bāsām kājām, citi ar bērniem rokās. Jūs esat mājās. Kratīšana ir apstājusies. Nav oficiālu ziņu, tikai bailes un apjukums ārpusē. Ko jūs darītu šajā situācijā? Kā zināt, kurai informācijai uzticēties katastrofas laikā?



8. attēls. Zemestrīces panika

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Apstājies un padomā

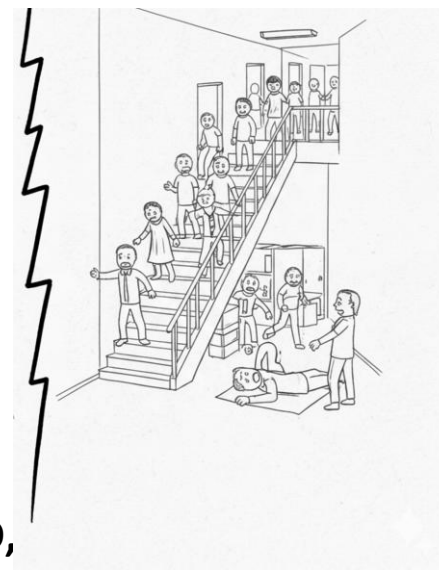
Kas jums jādara? Labā prakse

Ieteicamā rīcība:

- **Palieciet iekšā un aizsargājiet sevi, ja vien ēka nav acīmredzami nedroša. Nerīkojieties pēc nepārbaudītām sociālo mediju ziņām, gaidiet oficiālus norādījumus. Izmantojiet ar baterijām darbināmu radio vai pārbaudiet oficiālās lietotnes/vietnes, lai iegūtu atjauninājumus.**

Kāpēc dažas reakcijas ir nedrošas:

- **Skriešana ārā tūlīt pēc zemestrīces var apdraudēt jūs ar krītošiem gruvešiem. Uzticēšanās viltus ziņām vai baumām var izraisīt nevajadzīgu paniku un kaitējumu. Steidzīga evakuācija bez koordinācijas var apdraudēt neaizsargātas personas. Uzticami avoti, kas jāievēro:
Sarkanais Krusts, ES civilā aizsardzība, valstu neatliekamās palīdzības dienesti (AFAD, VUGD u.c.)**



9. attēls. Kas jums jādara

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Tehnoloģiskās un industriālās katastrofas māsaimniecību katastrofu mītu un dezinformācijas kontekstā

Pārskats par attiecīgajiem katastrofu veidiem:

Kīmisko vielu noplūdes un toksiskas noplūdes: Var būt nepieciešama tūlītēja patvēruma vieta vai evakuācija.

Maldinoša informācija var aizkavēt dzīvības glābšanas darbības.

Rūpnieciskie ugunsgrēki un sprādzieni: bieži izraisa paniku;

Mīti par dūmu vai ugunsgrēka uzvedību var palielināt risku.

Elektrotīkla kļūmes un elektrotīkla pārtraukumi: var ierobežot piekļuvi precīzai informācijai un ārkārtas brīdinājumiem - palielina neaizsargātību pret maldinošu informāciju.

Kodolnegadījumi: Augsts bailu faktors bieži noved pie baumām; sabiedrība var ļaunprātīgi lietot joda tabletes vai ignorēt drošības zonas.

Kāpēc tas ir svarīgi šim modulim:

Tehnoloģiskās katastrofas bieži attīstās ātri - nepatiesa informācija izplatās ātrāk nekā oficiālie atjauninājumi.

Mājas gatavība (piemēram, zināt, kā aizzīmogot istabas, evakuācijas soma) ir kritiska.

Precīza informācija un mierīga reakcija samazina paniku un uzlabo rezultātus ģimenēm un kopienām.

Kīmisko vielu noplūdes

Kāpēc tas ir svarīgi

- Toksiskas gāzes vai šķidruma izdalīšanās var ātri izplatīties pilsētu teritorijās. Maldinoša informācija par "drošiem attālumiem" vai "mājas aizsardzības līdzekļiem" (piemēram, etiķa maskas) var apdraudēt dzīvību. Sabiedrības neskaidrības starp "evakuācijas punkti" un "patvērumu uz vietas" ir izplatīta. Uzticamu avotu un oficiālo norādījumu zināšana ir ļoti svarīga drošībai.



10. attēls. Uzticamu avotu un oficiālo norādījumu zināšana ir ļoti svarīga drošībai.

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Ķīmisko vielu noplūdes

Ķīmisko vielu noplūdes mīti - atspēkoti

Mīts: "Mitra drāna vai etiķa maska var filtrēt toksisku gaisu."
Fakts: Lielākā daļa mājsaimniecības materiālu neaizsargā pret rūpnieciskām ķīmikālijām.

Mīts: "Ja es to nevaru smaržot, tas ir droši."
Fakts: Daudzas bīstamas gāzes ir bez smaržas un joprojām ir nāvējošas.

Ievērojiet neatliekamās palīdzības dienestu vai civilās aizsardzības vienību norādījumus.



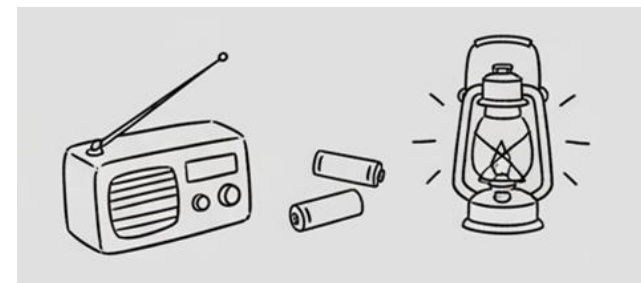
11. attēls. Ķīmisko vielu noplūdes mīti - atspēkoti

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Strāvas padeves pārtraukumi

Kāpēc tas ir svarīgi

- Strāvas padeves traucējumi traucē saziņu, trauksmes signālus un piekļuvi verificētiem atjauninājumiem. Dezinformācija strauji izplatās digitālajā klusumā, cilvēki paļaujas uz baumām. Mājas gatavība (piemēram, radioaparāti, baterijas, rezerves apgaismojums) palīdz novērst paniku. Īpaši apdraudētas ir neaizsargātas personas (piemēram, tās, kuras atkarīgas no medicīniskajām ierīcēm).



12. attēls. Mājas gatavība (piemēram, radioaparāti, baterijas, rezerves apgaismojums) palīdz novērst paniku.

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Strāvas padeves pārtraukumi

Strāvas padeves pārtraukuma mīti - atspēkoti

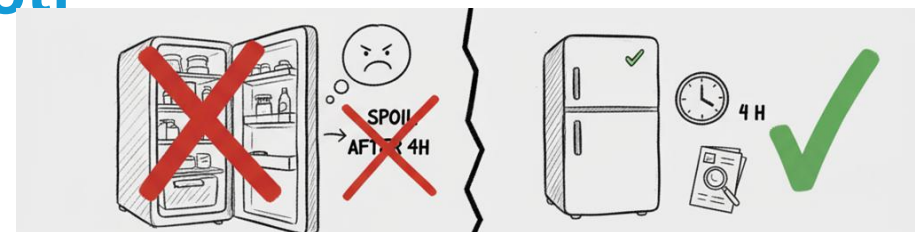
Mīts: "Jūsu ledusskapis uzturēs ēdienu aukstu visu dienu bez strāvas."

Fakts: Pārtika var sabojāties tikai pēc 4 stundām;
Pārbaudiet norādījumus par pārtikas nekaitīgumu.

Mīts: "Mobilie tālruņi ir pietiekami, lai būtu informēti."

Fakts: Tīkli var nedarboties – ar baterijām darbināms radio ir uzticamāks.

Skatiet Sarkanā Krusta un valsts ieteikumus reaģēšanai uz katastrofām.



13. attēls. Strāvas padeves pārtraukuma mīti - atspēkoti

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Rūpnieciskie ugunsgrēki

Kāpēc tas ir svarīgi

- Ugunsgrēki rūpnīcās vai uzglabāšanas vietās var izdalīt toksiskus dūmus un radīt sprādzienus. Mīti, piemēram, "dūmi palielinās, tāpēc vienmēr ir droši" var būt maldinoši. Panika un maldinoša informācija var izraisīt bīstamu paševakuāciju. Cilvēki bieži nenovērtē, cik ātri ugunsgrēki izplatās, aizkavējot reakciju.



14. attēls. Rūpnieciskie ugunsgrēki

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Rūpnieciskie ugunsgrēki

Rūpnieciskie ugunsgrēka mīti - atspēkoti

Mīts: "Es varu pārvarēt ugunsgrēku, ja es to redzu laikā."

Fakts: Ugunsgrēks izplatās ārkārtīgi ātri - kavēšanās palielina briesmas.

Mīts: "Mitrš dvielis ir pietiekama aizsardzība pret ķīmiskiem dūmiem."

Fakts: Rūpnieciskie dūmi satur daļiņas un gāzes, kuras dvielis nevar bloķēt.

Vienmēr gaidiet oficiālus evakuācijas vai patvēruma norādījumus.



15. attēls. Rūpnieciskie ugunsgrēka mīti - atspēkoti

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Apstājies un padomā

Toksisks apjukums: mākonis uz horizonta!!

- Tas ir kluss darba dienas rīts. Pēkšņi jūs dzirdat sirēnas un redzat dīvainu mākonī, kas paceļas no tuvējās rūpnīcas. Sociālie mediji saka: "Ēvakuējieties tagad - ķīmiskā viela var izkausēt ādu!"
Kaimiņi sāk ecakuēties ar automašīnām, daži bēg kājām. Citi aizver logus.
Oficiālie kanāli līdz šim klusē. Vēl nav saņemts SMS brīdinājums.
Ko jūs darītu šajā situācijā?
Kam vai kam jūs uzticētos, lai iegūtu uzticamu informāciju?



16. attēls. Toksisks apjukums

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Apstājies un padomā

Palikt vai iet? – Labākā prakse ķīmisko vielu avārijas gadījumā!!

Kāpēc dažas reakcijas ir nedrošas vai neefektīvas:

- Evakuācija bez instrukcijas var pakļaut toksiskus izgarojumus brīvā dabā. Sekojot nepārbaudītiem sociālo mediju ierakstiem, izplatās panika un dezinformācija. Logu blīvēšana ar nejaušiem sadzīves priekšmetiem var radīt nepatiesu drošības sajūtu.

Ko darīt:

- Ievērojiet valsts neatliekamās palīdzības dienestu, ES civilās aizsardzības vai pārbaudītu vietējo iestāžu norādījumus. Atjauninājumiem izmantojiet oficiālos SMS brīdinājumus, ārkārtas lietotnes vai bateriju radioaparātus. Daudzos ķīmiskos incidentos drošākā rīcība bieži ir patvērums uz vietas, nevis evakuācija.

Kas atspoguļo labāko praksi:

- Palieciet telpās, aizveriet visus logus un durvis, izslēdziet ventilāciju. Pirms rīkoties, gaidiet oficiālus norādījumus. Saglabājiēt ārkārtas komplektu: radio, ūdens, maskas, lukturītis.



17. attēls. Paraugprakses

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Bioloģiskās un ar veselību saistītās katastrofas māsaimniecību katastrofu mītu un dezinformācijas kontekstā

Izplatītākie katastrofu veidi:

Pandēmijas (piemēram, COVID-19, gripa): Bieži vien to veicina maldinoša informācija par simptomiem, ārstēšanu un profilaksi.

Ūdens izraisītas slimības (piemēram, holēra): Slikti higiēnas padomi vai viltus ārstēšana var pasliktināt uzliesmojumus.

Pārnēsātas slimības (piemēram, Zika, Denges slimība): baumas par cēloņiem vai pārvešanas ceļiem var aizkavēt aizsardzības pasākumus.

Pārtikas piesārņojums:

Panika vai boikoti var rasties nepārbaudītu pārtikas nekaitīguma brīdinājumu dēļ.

Kāpēc tas ir svarīgi šajā modulī:

Dezinformācija par veselību ātri izplatās, jo īpaši tiešsaistē.

Mājas gatavība (higiēnas piederumi, izolācijas telpa, pareiza zāļu lietošana) ir galvenais.

Agrīnās brīdināšanas sistēmām un oficiālajām veselības vadlīnijām ir jāuzticas un tās jāsaprot.

Psiholoģiskā pirmā palīdzība var būt nepieciešama ilgstošu ārkārtas situāciju laikā baiļu, izolācijas vai stigmatizācijas dēļ.

Pandēmijas

Kāpēc tas ir svarīgi

- Maldinošas informācijas izplatīšana: nepatiesa informācija pandēmijas laikā strauji izplatās, piemēram, "Vakcīnas maina jūsu DNS".

Ietekme uz sabiedrības veselību: Personas mājās ir pakļautas lielākam riskam precīzas informācijas trūkuma dēļ.

Komunikācijas šķēršļi: īpaši problemātiski cilvēkiem ar zemu digitālo vai veselības prātību.

Fiziskā sagatavotība: Būtisku preču (masku, dezinfekcijas līdzekļu, medikamentu) trūkums var paātrināt transmisiju.



18. attēls. Pandēmijas

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Pandēmijas

Pandēmijas mīti - atspēkoti

Mīts: "Ja esat vesels, jums nav jāvalkā maska."

Fakts: Asimptomātiski indivīdi joprojām var izplatīt slimības. Maskas palīdz novērst pārvešanu sabiedrībā.

Mīts: "Dabiskie uztura bagātinātāji var pasargāt jūs no vīrusa."

Fakts: Vitamīni var atbalstīt imunitāti, bet nenovērš infekciju. Zinātniski pierādīta ārstēšana ir būtiska. Informēšana no uzticamiem avotiem (piemēram, Veselības ministrija, PVO) pandēmijas laikā aizsargā gan indivīdus, gan kopienas.



19. attēls. Pandēmijas mīti - atspēkoti

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Pārtikas izraisītu slimību uzliesmojumi

Kāpēc tas ir svarīgi

- **Nepietiekami novērtēts risks:** Mājsaimniecības pārtikas nekaitīgums bieži tiek ignorēts, tomēr tas var izraisīt smagus uzliesmojumus.

Dezinformācijas ietekme: Tādi uzskati kā "Ja tas nesmaržo slikti, tas ir droši" palielina slimības risku.

Gatavības trūkums: Daudziem trūkst zināšanu par pārtikas uzglabāšanu, pareizu gatavošanu un pārtikas atsaukšanas brīdinājumiem.

Pārtikas izraisītu slimību uzliesmojumi

Pārtikas izraisītu slimību mīti - atspēkoti

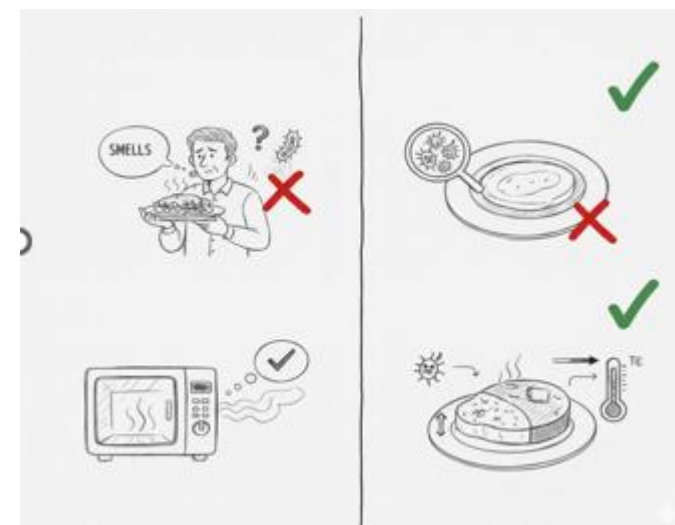
Mīts: "Ja ēdiens smaržo labi, to ir droši ēst."

Fakts: Dažas kaitīgas baktērijas nemaina garšu vai smaržu.

Mīts: "Mikroviļņu krāsnī ēdiens vienmēr padara to drošu."

Fakts: Nevienmērīga sildīšana dažās vietās var atstāt baktērijas dzīvas.

Lielāko daļu pārtikas izraisītu slimību var novērst, izmantojot pamata virtuves higiēnu un pareizu pārtikas apstrādes praksi



20. attēls. Pārtikas izraisītu slimību mīti - atspēkoti

(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Vektoru pārnēsātas slimības (piemēram, denges, Rietumnīlas vīruss)

Kāpēc tas ir svarīgi

- Mājas riski: odi bieži vairojas nekustīgajā ūdenī ap mājām.

Maldinošas informācijas briesmas: Neefektīvas profilakses metodes (piemēram, dabīgās eļļas) var aizstāt pārbaudītus risinājumus.

Preventīvu darbību trūkums: trūkstoši logu aizsargtīkli, nepamanīta ūdens uzkrāšanās palielina infekcijas risku



21. attēls. Vektoru pārnēsātas slimības
(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Vektoru pārnēsātas slimības (piemēram, denges, Rietumnīlas vīruss)

Vektoru pārnēsātu slimību mīti - atspēkoti

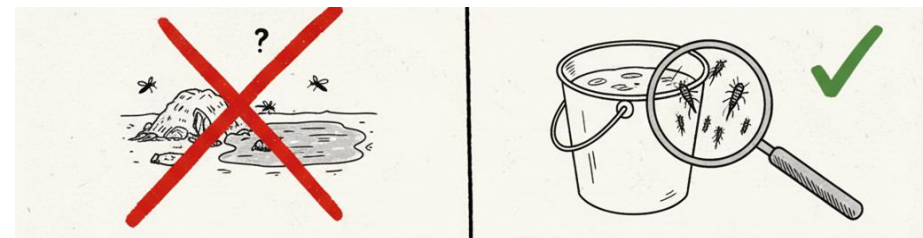
Mīts: "Odi vairojas tikai netīrās vietās."

Fakts: Tīrs, stāvošs ūdens ir arī galvenā augsne.

Mīts: "Citronu vai lavandas eļļas lietošana ir pietiekama aizsardzība."

Fakts: Dabīgās eļļas var palīdzēt, bet ir mazāk efektīvas nekā sertificēti repelenti.

Lai novērstu slimības pārnēsātāju pārnēsātas slimības, ir jālikvidē vairošanās vietas un jāizmanto zinātniski ieteikti aizsardzības pasākumi



22. attēls. Vektoru pārnēsātu slimību mīti - atspēkoti
(MI ģenerēts no gemini.google.com)

Apstājies un padomā

Ko jūs darītu šajā situācijā?

- Jūs saņemat pārsūtītu ziņojumu savā ģimenes WhatsApp grupā, kurā apgalvots, ka "dabisks līdzeklis", kas izgatavots no ķiplokiem, citrona un karsta ūdens, var pilnībā pasargāt jūs no notiekošā vīrusa uzliesmojuma jūsu reģionā. Vairāki ģimenes locekļi aizrautīgi dalās ar to un plāno izvairīties no vakcinācijas, pamatojoties uz šo "līdzekli". Daži pat dalās tajā ar citiem.

Ko jūs darītu šajā situācijā?

Vai jūs iejauktos?

Kā jūs risinātu dezinformāciju, neradot konfliktu?

Cik pārliecināts esat identificējot, kas ir fakts un kas mīts?

Apstājies un padomā

Ko jūs darītu šajā situācijā?

- Uzmanīgi iejaucieties, daloties ar pārbaudītu informāciju no oficiāliem avotiem (piemēram, PVO, valsts veselības ministrija) un paskaidrojiet, ka mājas aizsardzības līdzekļi var ietekmēt vispārējo labsajūtu, bet neaizstāj vakcināciju vai pierādītu medicīnisko profilaksi.
Kāpēc bieži sastopamās atbildes var būt nedrošas vai neefektīvas:
Pārsūtīšana bez pārbaudes: izplata viltus cerības un aizkavē pienācīgu medicīnisko darbību.
Uzticēšanās tikai "dabiskiem ārstēšanas līdzekļiem": var novest pie izvairīšanās no vakcinām vai ārstēšanas, palielinot veselības riskus.
Izvairīšanās no konfrontācijas: ļauj nekontrolēti izplatīties dezinformācijai uzticamās sociālajās aprindās.
Ko saka uzticami avoti:
PVO un ES civilā aizsardzība: vakcinācija, higiēna un zinātniski apstiprināta ārstēšana ir vienīgie pierādītie veidi, kā novērst infekcijas slimības.
Maldinošas informācijas apkarošanai ir nepieciešama mierīga un informēta reakcija. Cienpilna runāšana, kas pamatota ar pierādījumiem, ir ne tikai noderīga, bet arī var glābt dzīvības.

Iedvesmojoša rīcība un labās prakses piemēri

Uzticēšanās, pārredzamība un noturība Islandē

Islandes zinātnē balstītā pieeja COVID-19 dezinformācijas apkarošanā

Vieta: Islande, 2020–2021

COVID-19 pandēmijas kulminācijas laikā Islande kļuva par pasaules piemēru tam, kā caurspīdīga komunikācija un uzticēšanās zinātnei var efektīvi apkarot dezinformāciju.

Valsts nerīkojās baiļu vai cenzūras vadīta — tā darbojās šādi:

Veselības eksperti (nevis politiķi) vadīja ikdienas preses konferences

Publiski tika atspēkoti mīti par “ganāmpulka imunitāti”, brīnumlīdzekļiem un vakcīnu bīstamību

Visi testēšanas dati tika padarīti publiski pieejami, stiprinot atklātību un uzticēšanos

Veselības direktore, galvenais epidemiologs un Nacionālās policijas komisārs Islandes sabiedrībā ieguva iesauku **“Uzticības trijotne”**.

Kāpēc tas ir svarīgi:

Islandei bija viens no zemākajiem COVID-19 mirstības rādītājiem Eiropā

Iedzīvotāji ievēroja norādes nevis baiļu, bet skaidras, godīgas un konsekventas komunikācijas dēļ

Valsts pierādīja, ka dezinformāciju var uzvarēt ar atklātību, empātiju un zinātni

Uzticēšanās rodas no patiesības.

Padziļinātai izpētei

- **PVO – “Mītu atmaskotāji” (World Health Organization)**
Uzticams avots veselības mītu atspēkošanai, sniedzot skaidrus un viegli saprotamus skaidrojumus.
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>
- **TED-Ed video: “Why People Fall for Misinformation”**
Animēts skaidrojums par psiholoģiju, kas nosaka dezinformācijas izplatīšanos — lieliski piemērots dažādu līmeņu izglītojamajiem.
<https://www.youtube.com/watch?v=K1xKXOzFQxE>
- **ES civilā aizsardzība – vadlīnijas katastrofu gatavībai**
Praktiski ieteikumi, kā Eiropas iedzīvotāji un māsasaimniecības var sagatavoties dažādiem katastrofu veidiem.
https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection/disaster-preparedness_en
- **IFRC (Sarkanā Krusta un Sarkanā Pusmēness biedrība) – Sabiedrības informēšana un izglītošana katastrofu riska mazināšanai**
Visaptverošs materiāls, kas palīdz izglītotājiem un kopienu līderiem veicināt drošību, izmantojot uzvedības maiņu un informētību.
<https://www.ifrc.org/document/public-awareness-and-public-education-disaster-risk-reduction>
- **UNDRR blogs – “Cīņa ar infodēmijām: cita krīze”**
Apraksta, kā dezinformācija var pastiprināt katastrofu ietekmi, un kādi pasākumi nepieciešami politikas un kopienu līmenī, lai to mazinātu.
<https://www.undrr.org/news/fighting-infodemics-other-crisis>

Avoti

- European Civil Protection and Humanitarian Aid Operations. (n.d.). *Disaster preparedness*. European Commission. https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection/disaster-preparedness_en
- Eurostat 2024; EEA 2023; UNDRR 2023; EU Civil Protection Mechanism Reports; Copernicus Emergency Management Service
- International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC). (2013). *Public awareness and public education for disaster risk reduction: Key messages*. <https://www.ifrc.org/document/public-awareness-and-public-education-disaster-risk-reduction>
- RÚV – The Icelandic National Broadcasting Service. (2021, February 20). *Þríeykið og traustið: How Iceland built trust during the pandemic* [News segment].
- TED-Ed. (2020, June 29). *Why people fall for misinformation* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=K1xKXOzFQxE>
- United Nations Office for Disaster Risk Reduction (UNDRR). (2020, July 10). *Fighting infodemics: The other crisis*. <https://www.undrr.org/news/fighting-infodemics-other-crisis>
- World Health Organization. (2021). *Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: Mythbusters*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>
- Eurostat. (2024). Natural disasters and citizen preparedness in Europe. European Commission. <https://ec.europa.eu/eurostat>
- European Commission, DG ECHO. (2024). Disaster risk management and preparedness reports. EU Civil Protection Mechanism. <https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu>
- Copernicus Emergency Management Service. (2023). Floods, fires, and climate risk data in Europe. <https://emergency.copernicus.eu>
- Kızılay Academy. (2023). Disaster statistics and preparedness in Türkiye. <https://yillik.kizilayakademi.org.tr>
- AFAD – Disaster and Emergency Management Authority of Turkey. (2023). National disaster response plan and early warning systems. <https://www.afad.gov.tr>

PARTNERİBA



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

**Lai vērtīga un iedvesmojoša mācīšanās ar VET-READY
1. nodaļu «Mājas katastrofu gatavība un reaģēšana»
un 2. mācību moduli «Kas ir mājsaimniecību katastrofu
mītu un dezinformācijas atspēkošana»!**

SEKOJIET MUMS



<https://vetready.eu/>



Co-funded by
the European Union