



3.NODAĻA: MEŽA KATASTROFU IZPRATNE UN IZDZĪVOŠANA SAVVAĻĀ

MĀCĪBU MODULIS 16: Būtiskās dzīvības glābšanas prasmes meža katastrofu gadījumos

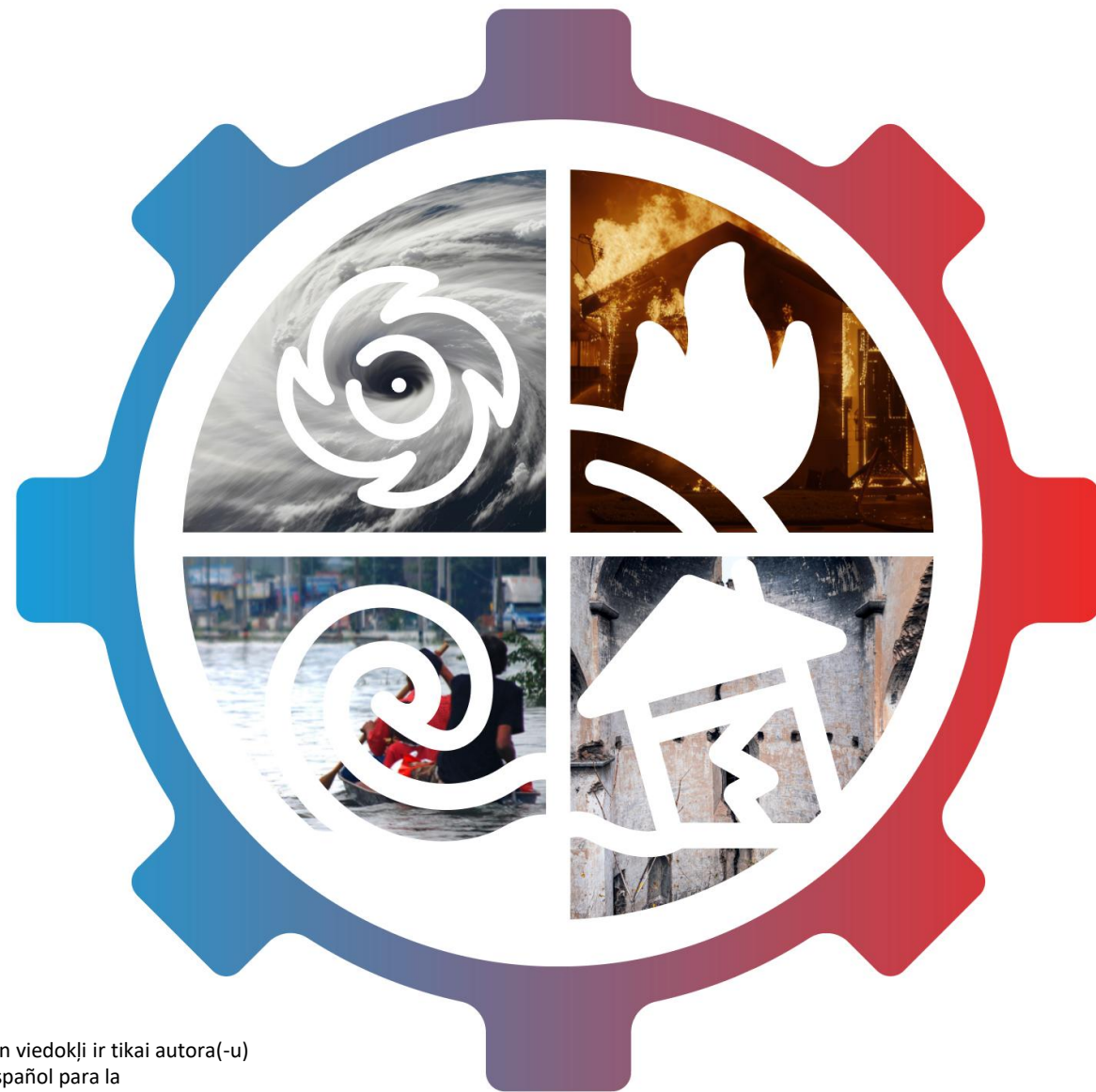
Autors: Denizli İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü (AFAD)/ VETREADY projekta partnerība

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: paaugstināt izpratni un palīdzēt apgūt būtiskas dzīvības glābšanas prasmes ārkārtas situācijās, kas var rasties meža vai savvaļas vidēs, kā arī sagatavot jūs garīgi un fiziski pareizu lēmumu pieņemšanai panikas un stresa apstākļos.

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:

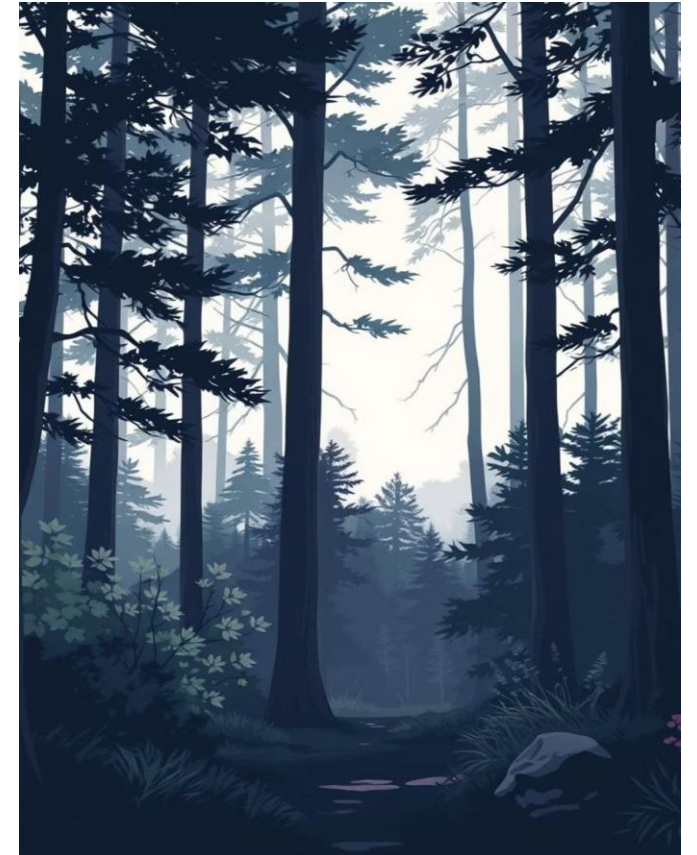
Apliecība par mācību programmas (neformālās izglītības) apguvi

Mācībspēkiem:

Apliecība par profesionālās kompetences pilnveidi

Sasniedzamā ESCO transversālā prasme T kategorijā: T.6.2 : Dzīves prasmes un kompetences /

Vides prasmju un kompetenču pielietošana



1. attēls. Mežs (mākslīgo intelektu ģenerējis A.Esiyok, izmantojot Gamma)

Mācību moduļa sagaidāmie mācību rezultāti

Zināšanas

1. Pamata drošības un profilakses pasākumi, lai novērstu meža ugunsgrēkus.
2. Uguns trīsstūra pamatkomponenti (degspējīga viela, skābeklis, siltums) un cilvēka izraisītu ugunsgrēku cēloņi.
3. Dabiskās orientēšanās metodes dabā un šo metožu ierobežojumi.

Prasmes

1. Orientēšanās prasmes, lai noteiktu virzienu un atrastu drošus maršrutus apmaldīšanās gadījumā.
2. Ārkārtas patvēruma izveides prasmes un signālu došanas metodes palīdzības pieaicināšanai.
3. Pamatprasmes pirmās palīdzības sniegšanā negadījumu un traumu gadījumos (piem., čūsku kodumi, sastiepumi, hipotermija) savvaļas vidē.

Fiziskās un praktiskās prasmes un kompetences (kā ESCO saistītās prasmes, piemēram, pirmā palīdzība, patvēruma izveide un signālu došana).

Ievads: Kādas ir būtiskās dzīvības glābšanas prasmes meža katastrofās?

- **Būtiskas dzīvības glābšanas prasmes meža katastrofu gadījumos** ir kritisku prasmju un zināšanu kopums, kas nepieciešams, lai izdzīvotu un mazinātu riskus savvaļas vidē. Šīs prasmes palīdz pārvaldīt potenciālos draudus, piemēram, ugunsgrēkus, apmaldīšanos, ekstremālus laikapstākļus un traumas. Galvenās jomas ietver:
- Pamata ugunsdrošības un ugunsgrēku profilakses prasmes mežainās teritorijās.
- Orientēšanās prasmes, lai izvairītos no apmaldīšanās un atrastu drošus maršrutus.
- Ārkārtas patvēruma izveide un signālu došana palīdzības pieaicināšanai.
- Pirmās palīdzības pamati savvaļas vidē gūtām traumām (piemēram, čūsku kodumiem, sastiepumiem, pārslodzes vai izsīkuma gadījumos).

Galvenie jēdzieni un terminoloģija

- **Meža ugunsgrēks:** nekontrolēts ugunsgrēks, kas izplatās mežos, pļavās vai lauku teritorijās. Tas ir bīstams straujās izplatīšanās un plašu teritoriju apdraudējuma dēļ.
- **Izdzīvošanas komplekts (Go-Bag):** iepriekš sagatavota soma ar priekšmetiem, kas nepieciešami izdzīvošanai ārkārtas situācijā (ūdens, pārtika, aptieciņa, lukturītis, karte u.c.).
- **STOP princips:** pamatstratēģija, ko izmanto apmaldīšanās gadījumā savvaļā:
 - **Stop (Apstājies):** nekrīti panikā.
 - **Think (Domā):** izvērtē situāciju.
 - **Observe (Vēro):** aplūko apkārtni un pieejamos resursus.
 - **Plan (Plāno):** nosaki turpmāko rīcības plānu un virzienu.

Tēmas svarīguma izpratne

- **Sasaistes ar reālo dzīvi:** katastrofas var notikt pēkšņi un bez brīdinājuma. Būtiskas dzīvības glābšanas prasmes ir kritiski svarīgas, lai aizsargātu sevi, savu ģimeni un apkārtējos.
- **Fakti un statistika:** 2025. gadā ES teritorijā nodega vairāk nekā miljons hektāru mežu — gandrīz piecas reizes vairāk nekā iepriekšējā gadā. Tas izgaismo būtiskus vides un ekonomiskos zaudējumus.
- **ES Civilās aizsardzības mehānisms** 2025. gadā tika aktivizēts 18 reizes, reaģējot uz meža ugunsgrēkiem 11 valstīs. Tas parāda problēmas mērogu un koordinētas rīcības nozīmīgumu.
- **Saikne ar ES prioritātēm:** šis mācību modulis tieši atbilst ES prioritātēm — Eiropas Zaļajam kursam, katastrofu noturībai un klimata pārmaiņu ietekmes mazināšanai. Noturīgu kopienu veidošana un mežu aizsardzība ir šo mērķu centrā.
- **Pirmais solis ceļā uz noturību:** izpratne par katastrofu riskiem ir pirmais solis, lai kļūtu noturīgākiem. Šis mācību modulis nav tikai teorija — tas ir būtisks praktisks ceļvedis.

Kāpēc šis apmācību modulis ir svarīgs?

- **Sasaistes ar reālo dzīvi:** katastrofas var notikt pēkšņi un bez brīdinājuma. Būtiskas dzīvības glābšanas prasmes ir kritiski svarīgas, lai aizsargātu sevi, savu ģimeni un apkārtējos.
- **Fakti un statistika:** 2025. gadā ES teritorijā nodega vairāk nekā miljons hektāru mežu — gandrīz piecas reizes vairāk nekā iepriekšējā gadā. Tas izgaismo būtiskus vides un ekonomiskos zaudējumus.
- **ES Civilās aizsardzības mehānisms** 2025. gadā tika aktivizēts 18 reizes, reaģējot uz meža ugunsgrēkiem 11 valstīs. Tas parāda problēmas mērogu un koordinētas rīcības nozīmīgumu.
- **Saikne ar ES prioritātēm:** šis mācību modulis tieši atbilst ES prioritātēm — Eiropas Zaļajam kursam, katastrofu noturībai un klimata pārmaiņu ietekmes mazināšanai. Noturīgu kopienu veidošana un mežu aizsardzība ir šo mērķu centrā.
- **Pirmais solis ceļā uz noturību:** izpratne par katastrofu riskiem ir pirmais solis, lai kļūtu noturīgākiem. Šis mācību modulis nav tikai teorija — tas ir būtisks praktisks ceļvedis.

Dabas katastrofas būtisko dzīvības glābšanas prasmju kontekstā meža katastrofās

- Šis modulis ir izstrādāts, lai palīdzētu jums pārvaldīt izaicinājumus, ko var radīt dabas katastrofas. Šīs prasmes ļauj rīkoties drošāk un efektīvāk krīzes situācijā:
- **Ugunsdrošība:** sausums un ekstremālas temperatūras, ko pastiprina klimata pārmaiņas, izraisa cilvēka radītu meža ugunsgrēku straujāku izplatību un lielākus postījumus. Tādēļ ugunsgrēku profilakse un droša uguns iekuršanas prasme ir svarīgāka nekā jebkad agrāk.
- **Orientēšanās prasmes:** dabas katastrofas var sabojāt reljefu vai radīt laikapstākļus (lietus, sniegs, migla), kas pasliktina redzamību un palielina apmaldīšanās risku. Tehniskās ierīces (GPS u.c.) šādās situācijās var kļūt nelietojamas, tādēļ tradicionālās orientēšanās prasmes — karte un kompass — ir būtiskas.
- **Patvērums un signāli:** katastrofas var iznīcināt infrastruktūru un ēkas. Ārkārtas patvēruma izveide nodrošina pagaidu drošību un piekļuvi ūdenim, pārtikai un medicīniskajai palīdzībai.
- **Pirmā palīdzība:** katastrofu laikā neatliekamās palīdzības dienesti var būt pārslogoti. Savvaļas pirmās palīdzības (Wilderness First Aid) zināšanas, kas paredzētas darbam attālos apvidos ar ierobežotu medicīnisko pieejamību, var būt dzīvību glābjošas arī pilsētvides katastrofu gadījumos.

Meža ugunsgrēki: cēloņi un novēršana

Degšanas trīsstūris: ugunsgrēkam nepieciešami trīs pamatkomponenti: degviela, skābeklis un siltums (aizdeģšanās avots).

- **Cilvēka izraisīti ugunsgrēki:** vairāk nekā 90% meža ugunsgrēku izraisa cilvēku rīcība — nolaidība, neuzmanība vai apzinātas darbības.
- **Visbiežākie cēloņi:**
 - Uguns kurināšana mežā bez drošības pasākumiem.
 - **Izsmēķu un sērkokciņu nomešana.**
 - Kūlas dedzināšana, stikla un stikla lauskas atstāšana mežā.
- **Drošības pasākumi:**
 - Notīrīt sauso zāli un lapas ap mājām, kas atrodas meža tuvumā.
 - Glabāt viegli uzliesmojošus materiālus tālāk no ēkām.
 - Turēt gatavībā ūdens šļūtenes un rokas instrumentus

Droša uguns iekuršana

- **Vietas izvēle:**

Izvēlieties norādītas un drošas vietas. Izrokiet ugunskura bedri vismaz 10–15 metru attālumā no viegli uzliesmojošiem materiāliem un kokiem.

- **Degmateriāls:**

Vāciet tikai sausu un nokritušu koksni. Sadaliet materiālus trīs grupās: skali (plāni, viegli aizdedzināmi materiāli), sīkzari (zari pirksta biezumā) un galvenais kurināmais (biezāki zari un malka).

- **Uguns kontrole:**

Nekad neatstājiēt ugunskuru bez uzraudzības.

Dzēšot uguni, izmantojiet ūdeni vai augsni un pārliedcinieties, ka ogles ir pilnībā atdzisušas.

Rīcības noteikumi ugunsgrēka laikā

- **Ziņošana:**
Ja pamani ugunsgrēku, **nekavējoties zvani 112.**
- **Iesaistīšanās:**
Ja ugunsgrēks ir neliels, vari mēģināt to nodzēst.
Ja tas ir liels, **negaidi un neiejaucies** — ļauj strādāt glābšanas dienestiem.
- **Evakuācija:**
Lai pasargātu sevi no dūmiem, izmanto masku vai mitru audumu.
Neļaujies panikai, ievēro atbildīgo iestāžu norādījumus un dodies uz norādītajiem pulcēšanās punktiem.
Paturi ceļus brīvus ugunsdzēsēju transportlīdzekļiem.

Apstājies un padomā

- **Scenārijs:** “Ir karsta vasaras diena, un tu brauc pa maz izmantotu ceļu cauri mežam. Ziņās dzirdēts par meža ugunsgrēkiem dažādos reģionos. Mašīna tev priekšā nepārtraukti izmet atkritumus un gružus.”
- **Vadošais jautājums:** “Ko tu darītu šādā situācijā? Kādi soļi jāveic, lai novērstu ugunsgrēka risku un nodrošinātu savu drošību?”



3. attēls. Braukšana pa mežu (mākslīgo intelektu ģenerējis H. Bertkas, izmantojot firefly.adobe)

Apstāties un padomā

- **Scenārija atbilde: situācijas apzināšanās un atbildība**
- **Dokumentē un ziņo par situāciju:**
Vispirms pieraksti priekšā braucošās automašīnas valsts numuru un modeli. Saglabā drošu distanci, neriskē ar savu drošību. Nekavējoties zvani **112** un ziņo par situāciju un transportlīdzekļa detaļām. Atceries — vairāk nekā 90% meža ugunsgrēku izraisa cilvēku rīcība.
- **Rūpējies par savu drošību:**
Nekad nedodies pakaļ šim transportlīdzeklim un nereāgi agresīvi — tas var apdraudēt tevi pašu. Tavs galvenais uzdevums ir **paziņot par ugunsbīstamu rīcību**.
- **Vāc pierādījumus (tikai ja droši):**
Ja tas ir iespējams un droši, nofotografē vai nofilmē pārkāpumu. Šādi materiāli var būt noderīgi iestādēm.
- **Uzsvērt profilakses nozīmi:**
Šis scenārijs parāda, ka pat šķietami sīka neuzmanība var izraisīt plašu katastrofu. Atgādinī cilvēkiem par profilakses nozīmi — sauszāles novākšanu ap mājām, uzliesmojošu materiālu pareizu glabāšanu u.tml.

Navigācija: karte, kompass un GPS

- **Karte:**

Topogrāfiskās kartes sniedz detalizētu informāciju par reljefu. Izmantojot izohipsas (kontūrlīnijas), var noteikt reljefa trīsdimensiju formu un augstumu izmaiņas.

- **Kompass:**

Visvienkāršākais un uzticamākais orientēšanās rīks. Tās magnētiskā adata vienmēr norāda uz magnētisko ziemeļu pusi.

Lietojot kompasu, turieties tālāk no metāla priekšmetiem un elektrolīnijām, kas var radīt magnētisko novirzi.

GPS:

GPS ierīces sniedz tūlītēju informāciju par atrašanās vietu, ātrumu un virzienu. Tomēr tās ir atkarīgas no baterijas un var zaudēt signālu, tādēļ karte un kompass vienmēr ir primārā orientēšanās prasme, kas jāprot neatkarīgi no tehnoloģijām.



4. attēls. gps,karte (AI ģenerējis H.Berkas, izmantojot firefly.adobe)

Navigācija: dabiskās metodes



- **Saule un ēna:**
Izstiepjot labo roku saullēkta virzienā (austrumi), kreisā roka rādīs uz rietumiem, priekšā būs ziemeļi, bet aizmugurē — dienvidi. Iedurot zemē kociņu, var sekot tā ēnas virzienam un noteikt austrumu–rietumu līniju.
- **Zvaigznes:**
Uzticamākais orientieris naktī ir Ziemeļzvaigzne (Polārā zvaigzne), kas norāda ziemeļu virzienu. Ziemeļzvaigzni var atrast, izmantojot izteiktas zvaigžņu grupas, piemēram, Lielo Lāci (Lielais Rati) un Kasiopeju.
- **Citi orientieri:**
Sūnas parasti aug koku un akmeņu ziemeļu pusē, savukārt skudru pūžņu ieeja parasti ir dienvidu pusē. Tomēr šo metožu uzticamība atkarīga no laikapstākļiem un konkrētā ģeogrāfiskā apvidus.

Apstājies un padomā

Gleznainais apvedceļš kļūst bīstams

- **Scenārijs:**
“Tu dodies ceļojumā ar ģimeni. Pētot karti, nolemjat nogriezties uz skaista, kokiem apauguša mazceļa, kas atzarojas no lielās šosejas. Pēc kāda laika sāproti, ka ceļš beidzas. Mēģini braukt atpakaļ, bet vairs nevari atrast vietu, kur nogriezties. Turklāt telefonam nav zonas.”
- **Vadošais jautājums:**
“Šādā situācijā — kas būtu pirmais, ko darītu, lai nodrošinātu savu un ģimenes drošību? Vai būtu labāk palikt automašīnā, vai doties meklēt palīdzību kājām? Kāpēc šādā situācijā īpaši svarīgi ir papīra karte vai kompass?”



5. attēls. apmaldīšanās mežā (mākslīgo intelektu ģenerējis H.Berkas, izmantojot firefly.adobe)

Apstājies un padomā

- **Scenārija atbilde: pareizie lēmumi glābj dzīvības**
- **Paliec pie automašīnas:**
Vispirms — nekrīti panikā. Paliec pie sava transportlīdzekļa. Mašīna kalpo kā pagaidu patvēruma un **tā ir daudz vieglāk pamanāma** glābšanas komandām nekā viens cilvēks mežā. Meklēšanas un glābšanas darbi visbiežāk sākas ar **pazudušu transportlīdzekļu meklēšanu**.
- **Izmanto karti un kompasu:**
Ja tev būtu papīra karte un kompass, tie darbotos neatkarīgi no zonas. Tu varētu noteikt aptuveno atrašanās vietu, izmantot kompasu, lai atrastu pareizo virzienu, un orientēties atpakaļ uz galveno ceļu vai tuvāko apdzīvoto vietu.
- **Padari sevi labi pamanāmu:**
Izkāp no auto un piestiprini košu auduma gabalu vai citu spilgtu priekšmetu pie koka vai automašīnas jumta, lai glābēji varētu tevi vieglāk ieraudzīt.
- **Pārvaldi savus krājumus:**
Novērtē pieejamo ūdeni, ēdienu un citus resursus. Rīkojies taupīgi. Ja līdzi ir ārkārtas komplekts, izvērtē tā saturu un izmanto to.

Ārkārtas patvērumi un patvēruma izveide

- **Patvēruma nozīme:**
Pareizi izveidots patvērums savvaļas apstākļos pasargā no dzīvībai bīstamiem stāvokļiem, piemēram, hipotermijas, palīdzot saglabāt ķermeņa siltumu. **Patvēruma vietas izvēle** ir viens no pirmajiem soļiem katastrofas vai ārkārtas situācijas laikā.
- **Patvēruma izveide:**
Vienkāršus un efektīvus patvērumus iespējams izveidot, izmantojot dabā pieejamos materiālus (sausos koku zarus, lapas, augsni).
Visvienkāršākais patvēruma veids ir **slīpās nojumes tipa patvērums** (lean-to), ko veido, atbalstot zarus pret koku.

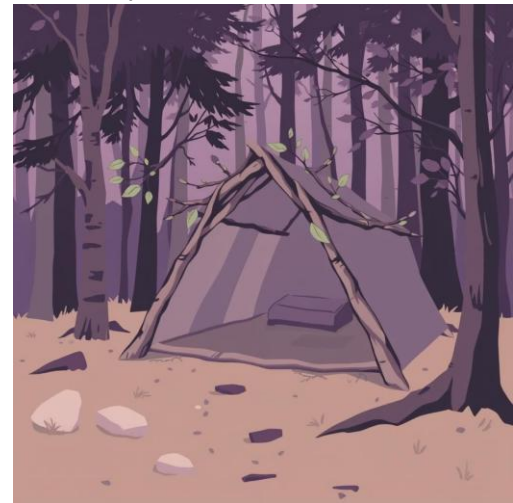
Patvēruma veidi dažādos klimatos

Dabiskie patvērumi:

Dabiskas veidojumu vietas, piemēram, alas vai lieli koku dobumi, var kalpot kā pagaidu patvērums. Tomēr nedrīkst aizmirst par risku, ka tajos var atrasties **bīstami dzīvnieki** — čūskas, skorpioni u.c.

Ziemas patvērumi:

Ziemas apstākļos **sniega patvērums** (piem., sniega bedre vai iglu) var nodrošināt **labāku siltumizolāciju** nekā pat telts.



6. attēls. patversmes uzstādīšana (mākslīgā intelekta ģenerēts A.Esiyok, izmantojot Gamma)

Palīdzības signalizācijas metodes

- **Starptautiskais signāls:**
Starptautiskais trauksmes signāls ir balstīts uz SOS kodu — **trīs īsi, trīs gari, trīs īsi**. To var nodot gan ar skaņas, gan vizuālām metodēm.
- **Skaņas signāli:**
Svilpe ir viens no efektīvākajiem līdzekļiem SOS skaņas signāla nodošanai. Svilpes skaņa **ceļo daudz tālāk** nekā cilvēka balss, jo īpaši mežā vai sarežģītā reljefā.
- **Vizuālie signāli:**
Gaismas signālus var dot ar atstarojošu virsmu, piemēram, **spoguļi**, telefona ekrānu vai lukturīti.
Spilgtas krāsas apgērbs arī palīdz būt **labāk pamanāmam no gaisa**.
- **Tehnoloģiskie signāli:**
Vietās, kur nav mobilā telefona pārklājuma, **satelītsakaru ierīces** ir dzīvību glābjoša alternatīva. Tās nodrošina uzticamu iespēju nosūtīt glābējiem informāciju par savu atrašanās vietu.

Savvaļas pirmā palīdzība: aptieciņa

- Savvaļas pirmās palīdzības zināšanas ir būtiska dzīvības glābšanas prasme.
Aptieciņa, kas ir līdzi, **var glābt dzīvības**.
- **Pamata saturs:**
Aptieciņā jābūt šādiem materiāliem: plāksteriem, pārsējiem, marles spilventiņiem, **sterilām marles kompresēm** un šķērēm.
- **Ārkārtas piederumi:**
Papildu svarīgi ir šādi priekšmeti: **termosega (izolācijas sega)** hipotermijas gadījumos, **aukstā komprese** un svilpe.

Savvaļas pirmā palīdzība: Īpašas situācijas

Čūskas kodums

Ko darīt:

Saglabājiēt mieru un **kustieties pēc iespējas mazāk**.

Noskalojiet brūci ar ūdeni.

Noņemiet rotaslietas vai stingras drēbes brūces tuvumā (tūska var ātri pieaugt).

Uzlieciet **elastīgu pārsēju**, bet **nežņaudzoši** — tikai viegli fiksējot.

Ievainoto ķermeņa daļu **turiet nekustīgu** un nedaudz zemāk par sirdi.

Nekavējoties **zvaniet 112**.

Nekad nedrīkst:

uzlikt žņaugu,

griezt brūci,

mēģināt izsūkt indi,

likt ledu tieši uz brūces,

dzert alkoholu vai kofeīnu,

mēģināt noķert čūsku.

Savvaļas pirmā palīdzība: hipotermija un sastiepumi

Hipotermija (ķermeņa temperatūras pazemināšanās):

Cietušo **pēc iespējas nemēģina kustināt**; nogādā siltā, sausā vietā.

Novelk mitrās drēbes, iespēju robežās **izgriežot** tās, lai mazinātu kustības, un ietin **sausās segās vai termosegā**.

Lai uzturētu ķermeņa pamattemperatūru, **siltās kompreses liek tikai uz kakla, krūtīm un cirkšņiem**.

Uz rokām un kājām kompreses neliek, jo tas var izraisīt vēsāku asiņu ieplūšanu sirdī un radīt sirds šoku.

Sastiepumi:

RICE princips: (Rest – Ice – Compression – Elevation)

R — atpūta: nekavējoties slodzi pārtraukt.

I — ledus / aukstā komprese: uzlikt aukstu kompresi (ne tieši uz ādas).

C — kompresija: traumēto vietu cieši, bet ne pārlietu stipri apsaitēt.

E — elevācija: pacelt bojāto vietu virs sirds līmeņa.

Nekad nedrīkst:

likt **karstas kompreses**,

veikt **masāžu**,

veikt **spēcīgu berzēšanu**.

Tehnoloģiskās un industriālās katastrofas būtiskajās dzīvības glābšanas prasmēs meža katastrofu situācijās

- **Tehnoloģiskās un industriālās katastrofas: ietekme un sagatavotība**
- Tehnoloģiskās un industriālās katastrofas rodas, kad cilvēka radītas sistēmas vai iekārtas nedarbojas pareizi, izraisot negadījumus, kas tieši ietekmē personas vai nelielas cilvēku grupas dabas vidē. Apvienojumā ar dabas katastrofām šie notikumi rada papildu riskus meža un savvaļas teritorijās.
- **1. Saziņas sistēmu kļūmes**
- **Definīcija:** Mobilo sakaru signāla, GPS un interneta infrastruktūras pārtraukumi dabas katastrofu (piemēram, vētru, ugunsgrēku u.c.) vai tehnisku bojājumu dēļ.
- **Ietekme uz dzīvību:** Pazūd iespēja orientēties un izsaukt palīdzību, palielinot apmaldīšanās risku.
- **Aizsardzība:**
- Neuzticieties tikai tehnoloģijām — vienmēr līdzī jābūt fiziskai kartei un kompasam.
- Nodrošiniet rezerves enerģijas avotus (power bank) ierīcēm.

Industriālo objektu avārijas

- **Definīcija:** Negadījumi, kas rodas no tuvumā esošiem industriālajiem objektiem, piemēram, ķīmisko vielu noplūdēm, sprādzieniem vai toksisko atkritumu izplūdes.
- **Ietekme uz dzīvību:** Rada veselības apdraudējumu gaisa un ūdens piesārņojuma dēļ.
- **Aizsardzība:**
 - Nosaki vēja virzienu un pārvietojies prom no tā virziena, no kura nāk piesārņotais gaiss.
 - Nedrīkst dzert savvaļā atrastu ūdeni, ja tas nav filtrēts vai attīrīts.
 - Nēsā līdzī aizsargmasku .

Infrastruktūras bojājumi un vides piesārņojums

- **Definīcija:** Īssavienojumi elektroapgādes līnijās, noplūdes cauruļvados vai citi infrastruktūras bojājumi, kas rodas mežainās teritorijās.
- **Ietekme uz dzīvību:** Šādi bojājumi var kļūt par jaunu ugunsgrēka avotu vai izraisīt vides piesārņojumu.
- **Aizsardzība:**
- Neizvēlieties nometnes vietu teritorijās, kur atrodas infrastruktūras līnijas, ja vien tas nav pilnīgi neizbēgami.
- Ja pamanāt jebkādas aizdomīgas situācijas, nekavējoties ziņojiet atbildīgajām iestādēm, zvanot uz ārkārtas dienestu tālruni **112**.

Apstāties un padomā

- **Scenārijs**
Pārgājienu laikā pamani asu, nepatīkamu smaku gaisā. Tu nevari izsaukt palīdzību, jo telefonam nav zonas. Turpinot iet, smaka kļūst spēcīgāka, un nedaudz tālāk redzi, ka straute ūdenim pie takas ir neparasta krāsa. Atceries, kā tuvumā atrodas rūpnīca — tieši tajā virzienā, no kura pūš vējš.
- **1. solis: Situācijas izpratne un sevis pasargāšana**
- Ko nozīmē izmaiņas smakā un ūdens krāsā? Par kādu apdraudējumu šī situācija brīdina?
- Ko tu dari, lai pārvietotos prom no vēja virziena? Kā tas tevi pasargā?
- **2. solis: Drošība un rīcība**
- Kurā virzienā tev jādodas, lai attālinātos no bīstamās teritorijas?
- Vai straute ūdens ir drošs dzeršanai? Kāpēc vai kāpēc ne?
- Kuri priekšmeti, kas tev varētu būt līdzī (maska, ūdens attīrīšanas tabletes u.c.), var palīdzēt šajā situācijā?
- **3. solis: Izdzīvošana un palīdzības izsaukšana**
- Tā kā tev nav zonas, kā tu mēģinātu paziņot par notikušo atbildīgajām iestādēm?
- Kādi soļi jāveic, lai izdzīvotu pēc drošas vietas sasniegšanas līdz brīdim, kad ierodas palīdzība?



7. attēls. Pārgājieni (mākslīgo intelektu ģenerējis H.Berkas, izmantojot firefly.adobe)

Bioloģiskās un veselības apdraudējuma situācijas būtiskajās dzīvības glābšanas prasmēs meža katastrofu kontekstā

- **1. Ar vektoriem pārnēsātas slimības**
- **Definīcija:** Slimības, ko cilvēkam pārnēsā kukaiņi (piemēram, ērces, odi) un citi dzīvi organismi (piem., Laimas borelioze pēc ērces koduma).
- **Aizsardzība:**
- Pārgājienos savvaļā valkā apģērbu ar garām piedurknēm un garās bikses.
- Izvēlies gaišas krāsas apģērbu, lai ērces būtu vieglāk pamanīt.
- Lieto kukaiņu atbaidīšanas līdzekļus (repelentus).
- Regulāri pārbaudi savu ķermeni, vai nav ērces vai citi kukaiņi.

Bioloģiskās un veselības apdraudējuma situācijas būtiskajās dzīvības glābšanas prasmēs meža katastrofu kontekstā

- **2. Indīgie augi un sēnes**

Definīcija: Augu un sēņu sugas, kas saskares vai apēšanas gadījumā var izraisīt alergiskas reakcijas, saindēšanos vai nopietnas veselības problēmas.

Neēdiet nevienu augu vai sēni, ko nepazīstat.
Ja rodas ādas kairinājums vai apsārtums,
noskalojiet skarto vietu ar tīru ūdeni un
uzlieciet aukstu kompresi, lai mazinātu
niezi.



8. attēls sēne (mākslīgo intelektu ģenerējis H.Berkas, izmantojot firefly.adobe)

Bioloģiskās un veselības apdraudējuma situācijas būtiskajās dzīvības glābšanas prasmēs meža katastrofu kontekstā

- **3. Sastapšanās ar savvaļas dzīvniekiem un dzīvnieku uzbrukumi**

Definīcija: Traumas, kas rodas sastopoties ar savvaļas dzīvniekiem vai to uzbrukumu rezultātā (kodumi, skrāpējumi u.c.).

Aizsardzība:

- Nepieejiet dzīvniekiem klāt, īpaši to mazuļiem.
- Naktī glabājiet pārtiku droši noslēgtu un prom no nometnes vietas.
- Ja sastopat dzīvnieku, saglabājiet mieru, neveidojiet acu kontaktu un lēnām atkāpieties atpakaļ.

Apstājies un padomā

Čūskas kodums

- Tu dodies pārgājienā ar draugu mežainā apvidū un nolemjat saīsināt ceļu, izejot ārpus takas. Ieejot krūmājā, pamanī, ka liela čūska iekodusi draugam potītē. Čūska ātri nozūd, un tavš draugs panikā saņemst, kamēr potīte sāk strauji pietūkt.
- **1. solis: Situācijas novērtēšana**
- Ko tu darītu vispirms? Kā tu nomierinātu savu draugu?
- Vai mēģinātu noteikt čūskas sugu? Kāpēc vai kāpēc ne?
- Vai nekavējoties izmantotu telefonu, lai izsauktu palīdzību?
- **2. solis: Pirmā palīdzība**
- Kādu palīdzību tu sniegtu koduma vietai?
- Ko **nedrīkst** darīt? Kā nepareiza pirmās palīdzības sniegšana var pasliktināt situāciju?
- Vai būtu jāpārviesto tavš draugs?

Apstājies un padomā

Čūskas kodums

- **3. solis: Nokļūšana drošībā un atbalsta sniegšana**
- Kā tu stabilizētu drauga stāvokli līdz brīdim, kad ierodas palīdzība?
- Kuri priekšmeti no pirmās palīdzības aptieciņas būtu noderīgi šādā situācijā?
- Kā tu ziņotu par notikušo glābšanas dienestiem un kā viņus nogādātu līdz jūsu atrašanās vietai?



9. attēls.pārgājieni (mākslīgo intelektu ģenerējis H.Berkas, izmantojot firefly.adobe)

Iedvesmojoša rīcība un labās prakses piemēri

Kopienas solidaritāte un sadarbība: reāli piemēri

- **Piemērs: Meža ciemu iedzīvotāji un brīvprātīgie katastrofu seku likvidēšanā Turcijā**
- Lielo meža ugunsgrēku laikā Turcijā vietējie iedzīvotāji nepalika tikai apdraudēti — viņi bija frontes līnijā, aktīvi piedaloties ugunsgrēku apkarošanā. Viņu zināšanas par apkārtni un vietējā pieredze sniedza būtisku atbalstu profesionālajām komandām, piemēram, ugunsdzēsējiem un AFAD glābšanas dienestam.

Iedvesmojoša rīcība un labās prakses piemēri

- **Praktiskais ieguldījums:**
- **Ūdens nodrošināšana:**

Ciematu iedzīvotāji izmantoja savus resursus — ūdeni no akām un savās saimniecībās esošajām ūdens tvertnēm — lai nogādātu ūdeni ugunsdzēsības komandām. Viņi izmantoja traktoros vai pat vienkāršas spaiņu ķēdes, lai nogādātu ūdeni vietās, kur profesionālie transportlīdzekļi nevarēja piekļūt.
- **Norādes un loģistikas atbalsts:**

Viņi vadīja profesionālās komandas, kuras nepazīna apkārtni, pa ātrākajiem un drošākajiem maršrutiem līdz ugunsgrēka perēkļiem. Tas novērsa laika izšķērdēšanu un ļāva veikt ātrāku iejaukšanos.
- **Tieša iesaiste ugunsdzēsībā:**

Brīvprātīgie un vietējie iedzīvotāji strādāja plecu pie pleca ar profesionālajiem dienestiem, izmantojot lāpstas, rokas instrumentus un vienkāršus līdzekļus, lai palēninātu uguns izplatīšanos un palīdzētu to savaldīt.
- **Kāpēc viņi ir paraugs citiem?**
- Šie piemēri pierāda, ka katastrofu pārvarēšana nav tikai profesionālo dienestu uzdevums — tā ir **kopienas atbildība**.

Kad cilvēki uzņemās iniciatīvu, dalās vietējās zināšanās un sniedz savstarpēju palīdzību, tas kļūst par spēcīgu cerības avotu un būtiski pastiprina visu iesaistīto spēju rīkoties pat visgrūtākajos brīžos.

Secinājums: galvenie vēstījumi

- **Profilakse ir galvenā nozīme:**
Lielāko daļu meža ugunsgrēku izraisa cilvēku rīcība. Ugunsgrēku novēršana ir daudz svarīgāka par to dzēšanu.
- **Vienmēr ir jābūt rezerves plānam:**
Nevar paļauties tikai uz vienu navigācijas vai saziņas metodi. Ir būtiski izmantot tradicionālos orientēšanās līdzekļus — karti un kompasu — kopā ar tehnoloģijām, piemēram, GPS.
- **Pareiza informācija glābj dzīvības:**
Tādās situācijās kā čūsku kodumi vai hipotermija ir ļoti svarīgi izvairīties no nepareizām metodēm (piemēram, žņauga uzlikšanas) un ievērot mūsdienīgas, zinātniski pamatotas pirmās palīdzības rekomendācijas.

Padziļinātai izpētei

Disaster and Emergency Training Center

<https://www.afad.gov.tr/afadem/>

Katastrofu un ārkārtas situāciju apmācības centru jeb AFADEM izveidoja Civilās aizsardzības ģenerāldirektorāts ar nosaukumu "Civilās aizsardzības koledža" saskaņā ar 1960. gada 17. novembra Civilās aizsardzības likuma Nr. 7126 23. un 32. pantu, lai nodrošinātu izglītību un apmācību, kas saistīta ar civilo aizsardzību.

AFAD's voluntary service system <https://gonullu.afad.gov.tr/>

Tie ir indivīdi, kas piedalās sabiedriskajā darbā pirms katastrofām un ārkārtas situācijām, to laikā un pēc tām, izmantojot savu fizisko spēku, laiku, zināšanas, prasmes un pieredzi pilnīgi pēc savas gribas, solidaritātes un savstarpējās palīdzības nolūkā, neņemot vērā savas individuālās intereses, bez jebkādām finansiālām cerībām un tikai ar vēlmi gūt labumu sabiedrībai.

Orman Genel Müdürlüğü Informatīvs sabiedriskais paziņojums par meža ugunsgrēkiem

<https://www.youtube.com/watch?v=entvpBGC4As>

The Federal Emergency Management Agency (FEMA)

FEMA YouTube lapa .. Informatīvais video par meža ugunsgrēkiem <https://www.youtube.com/watch?v=tWhTdfHqWqs>

Ko es iesaiņoju savvaļas kempingam <https://www.youtube.com/shorts/cxHLjyPuVsA>

Kāda ir RICE metode traumām? <https://www.youtube.com/watch?v=PxCac1HzoJ8>

Avoti

- Adem Öcal, Uğur Çakır, Şeyma Özelmacı; Volunteer Search and Rescue Teams' Evacuation Experiences in Forest Fires: The 2021 Mediterranean Forest Fires
- Ministry of National Education, Compass Errors Lecture Notes
- Galip Usta, Evaluating Forest Fires with a Focus on Disaster Management
- <https://www.enerjisauretim.com.tr/blog/yasam/orman-yanginlarinin-nedenleri-ve-onleme-yontemleri>
- <https://www.afad.gov.tr/ormanlarimiz-kul-olmasin>
- http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller/Pusula%20Hatalar%C4%B1.pdf
- <https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/hipotermi-nedir>
- <https://hastane.comu.edu.tr/arsiv/haberler/yilan-sokmalarinda-ilk-mudahale-nasil-olmali-r560.html>
- <https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/hipotermi-nedir>
- <https://www.livhospital.com/hipotermi-nedir>
- <https://dogahospital.com/spor-yaralanmalarinda-ilk-yardim/>
- <https://dogahospital.com/spor-yaralanmalarinda-ilk-yardim/>
- <https://www.mayoclinic.org/about-mayo-clinic/contact>
- https://biomedsciences.unimelb.edu.au/_data/assets/pdf_file/0011/2011007/Snakebite_firstaid_ANG_AVRU.pdf
- <https://www.snakebitefoundation.org/blog/2018/9/6/how-to-survive-a-snakebite-in-the-wilderness>
- <https://www.healthxchange.sg/how-to-manage/medical-emergencies/snake-bites-dos-and-donts>
- <https://www.mayoclinic.org/first-aid/first-aid-sprain/basics/art-20056622>

Avoti

- https://esco.ec.europa.eu/system/files/2021-07/c76e9fb7-5dc3-4e8a-ae68-003fea83b0baMSWG_13-05_Report_on_the_transversal_skills_terminology.pdf
- <https://www.ebsco.com/research-starters/literature-and-writing/wilderness-survival>
- https://tr.wikipedia.org/wiki/Hayatta_kalma_kiti
- <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1600348>
- <https://ca.news.yahoo.com/eu-failing-prevent-forest-fires-153035387.html>
- https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection/wildfires_en
- https://civil-protection-humanitarian-aid.ec.europa.eu/what/civil-protection/wildfires_en
- <https://revolve.media/features/the-eu-green-deal-biodiversity-and-forests-ingredients-for-success>
- <https://www.edf.org/climate/heres-how-climate-change-affects-wildfires>
- <https://library.fiveable.me/key-terms/natural-human-disasters/wilderness-search-and-rescue>
- <https://disasterphilanthropy.org/resources/shelter/>
- <https://www.scouting.org/health-and-safety/wilderness-fa/>

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
3. nodaļu «MEŽA KATASTROFU IZPRATNE UN IZDZĪVOŠANA SAVVAĻĀ»
un 16. mācību moduli «Būtiskās dzīvības glābšanas prasmes meža
katastrofu gadījumos»!

SEKO MUMS



<https://vetready.eu/>