

# Mācībspēku atbalsta materiāls 5. nodaļai: ŪDENS APDRAUDĒJUMU IZPRATNE UN RĪCĪBA

## MĀCĪBU MODULIS 26: Ūdens katastrofu mītu un maldinošas informācijas atspēkošana

**Autors:** Von Hope/ VETREADY projektu partnerība

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



**Co-funded by  
the European Union**

Finansē Eiropas Savienība. Tomēr paustais viedoklis un uzskati ir tikai autora(-u) viedokļi un viedokļi, un tie ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) viedokļus. Ne Eiropas Savienība, ne piešķirēja iestāde par tiem nav atbildīga.



# Mācību moduļa mērķis

**Vispārīgais mērķis:** nodrošināt, lai izglītojamie apgūtu prasmes atšķirt uzticamu un nepatiesu informāciju ar ūdeni saistītu katastrofu laikā, piemērot atbilstošu rīcību ārkārtas situācijās un nodrošināt personisko un citu personu drošību šādu katastrofu 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: T3.2: Proaktīvas pieejas pielietošana**

# Mācību moduļa sagaidāmie mācību rezultāti

## Zināšanas

1. Atpazīt galvenos ar ūdeni saistīto katastrofu veidus un to ietekmi vietējā līmenī.
2. Izprast, kā dezinformācija var ietekmēt cilvēku rīcību un drošību katastrofu laikā.
3. Skaidrot precīzas un uzticamas komunikācijas nozīmi panikas un kaitējuma novēršanā ārkārtas situācijās.

## Prasmes

1. Identificēt maldinošu vai kaitīgu informāciju ar katastrofām saistītās situācijās.
2. Skaidri un atbildīgi nodot uzticamu drošības informāciju vienaudžiem un kopienas locekļiem.
3. Sadarbojoties izstrādāt vienkāršus ārkārtas rīcības plānus, kas mazina dezinformācijas riskus.

## Saistība ar transversālajām ESCO prasmēm T3.2:

### Proaktīva rīcība

uzņemties atbildību;  
pieņemt pamatotus lēmumus;  
demonstrēt apņēmību un mērķtiecīgu rīcību.

# Ievads: Mītu un dezinformācijas par ar ūdeni saistītām katastrofām atmaskošana

- Šī apmācība koncentrējas uz dezinformāciju ar ūdeni saistītu katastrofu laikā, piemēram, plūdu, cunami un dzeramā ūdens piesārņojuma krīžu gadījumos.
- Ja cilvēki rīkojas, balstoties uz nepatiesu informāciju, viņi var ignorēt oficiālos brīdinājumus vai veikt nedrošas darbības.
- Šajā modulī tiek mācīts, kā atpazīt, kritiski izvērtēt un labot dezinformāciju, lai mazinātu riskus un glābtu dzīvības.

# Galvenie jēdzieni un terminoloģija

- **Katastrofu dezinformācija:** nepatiesa vai maldinoša informācija, kas tiek izplatīta pirms katastrofas, tās laikā vai pēc tās.
- **Plūdu brīdinājums:** oficiāls paziņojums par iespējamām vai jau notiekošām plūdēm.
- **Evakuācijas rīkojums:** oficiāls norādījums nekavējoties pamest bīstamu teritoriju.
- **Baumas:** nepārbaudīts vai nepatiess apgalvojums, kas tiek pasniegts kā fakts.
- **Oficiāls informācijas avots:** uzticama institūcija (piemēram, valsts iestādes, Sarkanais Krusts), kas sniedz pārbaudītu un ticamu informāciju.

# Tēmas svarīguma izpratne

- **Klimata pārmaiņas** ir palielinājušas plūdu biežumu visā Eiropā — **1 no 4 ES iedzīvotājiem** pašlaik dzīvo plūdu riska teritorijās (Copernicus, 2023).
- **62 % ES iedzīvotāju** nav pārliecināti, kā pārbaudīt informācijas ticamību katastrofu situācijās (Eurobarometer, 2022).
- **Novēlota reaģēšana** iepriekšējo plūdu laikā bieži bija saistīta ar **dezinformācijas izplatību sociālajos tīklos**.

Šis mācību modulis **atbalsta ES mērķus**, kas noteikti:

- Eiropas Zaļajā kursā,
- klimata pārmaiņu pielāgošanās politikā,
- ES civilās aizsardzības stratēģijā.

# Kāpēc šis mācību modulis ir svarīgs?

*Kāpēc tas ir svarīgi reālajā dzīvē*

- **Nepatiesa informācija** katastrofu laikā bieži izplatās **ātrāk nekā oficiālie brīdinājumi**.
- Daudzi cilvēki ārkārtas situācijās paļaujas uz **sociālajiem tīkliem**, taču **ne visi tur sniegtie padomi ir droši vai uzticami**.
- Spēja **atpazīt, izvērtēt un izplatīt precīzu informāciju** var palīdzēt pasargāt **sevi, savu ģimeni un apkārtējo kopien**u ārkārtas situācijās.

## Dabas katastrofas ar ūdeni saistītu katastrofu mītu un dezinformācijas atmakošanas kontekstā

**Dabas katastrofas**, piemēram, plūdi, vētras un zemes nogruvumi, bieži izraisa bailes un apjukumu.

Šo situāciju vēl vairāk pasliktina **dezinformācija** — viltus evakuācijas paziņojumi, nepatiesi ziņojumi par bojāgājušo skaitu vai krāpnieciskas “glābšanas” kampaņas.

Šis modulis palīdz **saglabāt mieru, kritiski izvērtēt informāciju un rīkoties informēti**, kad tas ir vissvarīgāk.



# Plūdi

## *Kāpēc ir svarīgi zināt*

- Plūdi ir visizplatītākās ar ūdeni saistītās katastrofas Eiropā. Tie izraisa iedzīvotāju pārvietošanu, infrastruktūras bojājumus un cilvēku bojāeju. Dezinformācija par plūdiem internetā izplatās ļoti ātri (piemēram, viltus evakuācijas paziņojumi vai nepatiesas ziņas par dambju pārrāvumiem). Pretrunīgas vai neuzticamas informācijas dēļ cilvēki var atgriezties mājās pārāk agri vai ignorēt oficiālos brīdinājumus.
- Savlaicīga rīcība, balstoties uz pārbaudītiem un oficiāliem informācijas avotiem, var glābt dzīvības.

# Plūdi

## Plūdu mīti - atspēkoti

- Mīts:  
“Ja vairs nelīst lietus, plūdi ir beigušies.”
- Patiesība:  
Plūdi var turpināties vai pat pastiprināties arī pēc lietus beigām, jo ūdens no augšteces teritorijām turpina ieplūst vai tiek veikta ūdens noplūde no dambjiem un ūdenskrātuvēm.
- Mīts:  
“Sociālo tīklu ieraksti vienmēr ir ātrākais un labākais informācijas avots par plūdiem.”
- Patiesība:  
Nepārbaudīta informācija sociālajos tīklos var izplatīt bīstamu dezinformāciju. Vienmēr sekojiet oficiāliem informācijas avotiem un civilās aizsardzības dienestu paziņojumiem.
- Precīza un uzticama informācija plūdu laikā var pasargāt dzīvības un novērst nevajadzīgus riskus.

# Cunami

## *Kāpēc ir svarīgi zināt*

- Lai gan Eiropā cunami ir salīdzinoši reti, tie var radīt postošas sekas piekrastes reģionos.
- Sociālajos tīklos izplatītas baumas var izraisīt paniku vai nekontrolētu cilvēku pārvietošanos vēl pirms oficiālu brīdinājumu saņemšanas.
- Pretrunīga informācija no dažādām valstīm vai dažādās valodās var kavēt savlaicīgu un pareizu rīcību.
- Spēja atpazīt dabiskās pazīmes (piemēram, strauju jūras atkāpšanos) un paļaušanās uz oficiālajām cunami brīdināšanas sistēmām ir izšķiroši svarīga dzīvības drošībai.

# Cunami

## Cunami mīti - atspēkoti

- Mīts: **“Cunami notiek tikai Klusajā okeānā.”**  
Patiesība: **Cunami var rasties jebkurā okeānā vai jūrā**, kur notiek zemūdens zemestrīces, nogrūvumi vai vulkānu izvirdumi. **2004. gada Indijas okeāna cunami un notikumi Vidusjūrā** apliecina, ka neviena piekrastes teritorijā nav pilnībā pasargāta.
- Mīts: **“Ja jūra atkāpjas no krasta, ir droši pieiet tuvāk un fotografēt.”**  
Patiesība: **Strauja jūras atkāpšanās ir viena no bīstamākajām cunami pazīmēm.** Pirmais vilnis var sasniegt krastu dažu minūšu laikā, un **vienīgā drošā rīcība ir nekavējoties doties uz augstāku vietu.**
- Cunami riska patiesā izpratne un dezinformācijas atpazīšana **palīdz glābt dzīvības un stiprina piekrastes kopienu noturību.**

# Zemes nogruvumi (ko izraisa ūdens)

*Kāpēc ir svarīgi zināt*

- **Spēcīgas lietusgāzes vai plūdi var izraisīt zemes nogruvumus, īpaši kalnainās vai paugurainās teritorijās.**
- **Cilvēki bieži nenovērtē risku, jo trūkst redzamu brīdinājuma pazīmju.**
- **Baumas par bloķētiem ceļiem vai iesprostotiem cilvēkiem var sarežģīt glābšanas darbus.**
- **Precīza un pārbaudīta informācija** palīdz kopienām droši evakuēties un izvairīties no sekundāriem riskiem.

# Zemes nogruvumi (ko izraisa ūdens)

## Zemes nogruvumu mīti - atspēkoti

- **Mīts:**  
“Ja nav redzamu plaisu vai kustības, nogāze ir droša.”
- **Patiesība:**  
Zemes nogruvumi bieži notiek ar ļoti nelieliem vai pat bez jebkādiem iepriekšējiem brīdinājumiem — īpaši pēc spēcīgām lietusegāzēm vai plūdiem.
- **Mīts:**  
“Jebkura ziņa par bloķētiem ceļiem vai iesprostotiem cilvēkiem noteikti ir patiesa.”
- **Patiesība:**  
Nepatiesas baumas var aizkavēt glābšanas darbus un radīt apjukumu. Informāciju vienmēr nepieciešams pārbaudīt oficiālos avotos.

**Izpratne par reālajiem zemes nogruvumu riskiem un palaušanās uz precīzu, pārbaudītu informāciju palīdz novērst paniku un var glābt dzīvības.**

# Apstājies un padomā

*Pēkšņi plūdi un pretrunīgi brīdinājumi!!*

- Sociālajos tīklos izplatīts ieraksts apgalvo, ka augšpus straumes esošs dambis ir sabrucis un pilsētai tuvojas milzīgs ūdens vilnis. Oficiālā valsts brīdināšanas sistēma norāda: “vidējs plūdu risks”.
- **Ko Jūs darītu šādā situācijā?**  
**Kā Jūs noteiktu, kuram informācijas avotam var uzticēties?**

# Apstājies un padomā

## *Reakcija uz dezinformāciju!*

- **Vienmēr pārbaudiet ar plūdiem saistīto informāciju oficiālajos avotos:**  
valsts meteoroloģiskais dienests, civilās aizsardzības lietotnes vai ES brīdināšanas sistēmas.
- **Kāpēc citi rīcības varianti var būt nedroši:**  
Rīcība, balstoties uz nepārbaudītiem ierakstiem sociālajos tīklos, var izraisīt nepamatotu paniku vai pakļaut Jūs paaugstinātam riskam. Priekšlaicīga evakuācija vai pārvietošanās bez oficiālām norādēm var radīt sastrēgumus uz ceļiem, tādējādi palielinot apdraudējumu.



# Tehnoloģiskās /industriālās katastrofas ūdens katastrofu mītu un dezinformācijas atspēkošanas kontekstā

- **Tehnoloģiskās un industriālās katastrofas** ir ar cilvēka darbību saistīti apdraudējumi, piemēram, ķīmisko vielu noplūdes, elektrostaciju avārijas, dambju bojājumi vai sprādzieni rūpnieciskās ražotnēs.
- Informācija šādu notikumu laikā izplatās ļoti ātri, taču ne vienmēr ir precīza. Baumas par toksiskām noplūdēm vai sprādzieniem var izraisīt paniku, satiksmes haosu vai nedrošu evakuāciju.
- Sabiedrības apjukums kavē operatīvu reaģēšanu. Pretrunīgi ziņojumi par negadījuma avotu vai apmēru var traucēt neatliekamās palīdzības un glābšanas dienestu darbu.
- Precīva un pārbaudīta informācija ir izšķiroši svarīga. Uzticami avoti palīdz iedzīvotājiem pieņemt atbilstošus drošības lēmumus, izvairoties gan no pārmērīgas reakcijas, gan no riska ignorēšanas.

# Dambja pārrāvums

*Kāpēc ir svarīgi zināt*

- Pēkšņs dambja pārrāvums var izraisīt katastrofālus plūdus.
- Nepatiesa informācija par dambja sabrukumu var radīt paniku un nepamatotu evakuāciju.
- Dezinformācija var novērst operatīvo dienestu uzmanību no reāliem apdraudējumiem.
- Savlaicīga un precīza sabiedrības informēšana ir izšķiroši svarīga.

# Dambja pārrāvums

## Mīti - atspēkoti

- **Mīts:**  
“Ja izplatās baumas par dambja pārrāvumu, tās noteikti ir patiesas — jārīkojas nekavējoties!”
- **Patiesība:**  
Par jebkādiem ar dambju drošību saistītiem brīdinājumiem vienmēr jāpārliedzinās, izmantojot oficiālos civilās aizsardzības un operatīvo dienestu informācijas kanālus, pirms tiek veikta rīcība.
- Dambju avāriju gadījumos rīcībai jābalstās uz faktiem, nevis bailēm. Dezinformācija var būt tikpat bīstama kā paši plūdi.

# Ūdens piesārņojums

## *Kāpēc ir svarīgi zināt*

- Dezinformācija par ūdens drošību rada nopietnus apdraudējumus.
- Cilvēki var neapzināti dzert vai izmantot piesārņotu ūdeni ikdienas vajadzībām.
- Maldinoši ziņojumi un apzinātas viltus ziņas rada apjukumu un paniku
- Baumas, piemēram, “krāna ūdens izplata slimības”, var izraisīt nepamatotas bailes un mazināt uzticēšanos sabiedrības veselības iestādēm.
- Sabiedrības veselības brīdinājumiem ir jāuzticas.
- Oficiālie paziņojumi sniedz pārbaudītu, zinātniski pamatotu informāciju par drošu ūdens lietošanu.

# Ūdens piesārņojums

## Mīti - atspēkoti

- **Mīts:** “Ja ūdens izskatās tīrs, to ir droši dzert.”  
**Patiesība:** Piesārņots ūdens var izskatīties, smaržot un garšot normāli. Drošs ir tikai pārbaudīts ūdens vai ūdens, kas apstrādāts saskaņā ar oficiālajām rekomendācijām (piemēram, vārīts, ja tas ir atļauts).
- **Mīts:** “Ūdens vārīšana padara visu plūdu ūdeni drošu dzeršanai.”  
**Patiesība:** Vārīšana iznīcina daudzus mikroorganismus, taču tā neizvada ķīmiskos piesārņotājus vai smagos metālus, kas bieži sastopami ar plūdiem piesārņotā ūdenī. Vienmēr jāievēro atbildīgo iestāžu sniegtie drošības norādījumi.
- Ārkārtas situācijās dezinformācija par ūdens drošību var apdraudēt dzīvību. Lai pasargātu sevi un citus, vienmēr ievērojiet oficiālos sabiedrības veselības iestāžu norādījumus.

# Infrastruktūras bojājumi

## *Kāpēc ir svarīgi zināt*

- **Plūdi var nopietni bojāt kritisko infrastruktūru**, piemēram, tiltus, cauruļvadus un ceļus, radot sekundārus apdraudējumus — izolāciju, kavēšanos un satiksmes negadījumus.
- Nepatiesi ziņojumi par sabrukušiem tiltiem vai bloķētiem ceļiem var izraisīt paniku vai bīstamu maršrutu izvēli. Sociālajos tīklos izplatīti viltus paziņojumi par “slēgtiem ceļiem” var kavēt operatīvo dienestu darbu vai maldināt evakuējamās iedzīvotājus. Drošai pārvietošanai un koordinētiem glābšanas pasākumiem būtiska ir **precīza informācija no oficiālajām transporta un ārkārtas dienestu institūcijām**.

# Infrastruktūras bojājumi

## Mīti - atspēkoti

- **Mīts:** “Sociālajos tīklos izplatīta fotogrāfija ar bojātu tiltu nozīmē, ka visi tuvumā esošie tilti ir nedroši.”  
**Patiesība:** Attēli bieži ir novecojuši vai uzņemti citā vietā. Pirms maršruta maiņas vienmēr pārbaudiet informāciju pie vietējām atbildīgajām iestādēm.
- Nepatiesa informācija par infrastruktūras bojājumiem var apdraudēt cilvēku dzīvības. Ceļu satiksmes un drošības jautājumos jāpaļaujas tikai uz **oficiāliem avotiem**.

# Apstājies un padomā

## Saindēta ūdens baumas!!

- Sociālajos tīklos izplatīts ziņojums apgalvo, ka plūdu laikā vietējais ūdenskrātuves rezervuārs ir saindēts. Apkārtnes iedzīvotāji sāk panikot un aicina citus nelietot dzeramo ūdeni.
- Vai šādai informācijai var uzticēties?
- Kādus soļus jūs varat veikt, lai pārbaudītu informācijas patiesumu?



# Apstājies un padomā

## Saindēta ūdens baumas!! Rīcība:

- Veicināt diskusiju par dezinformāciju krīžu laikā — par to, kā bailes nereti izplatās ātrāk nekā fakti.
- Uzsvērt oficiālu informācijas avotu pārbaudes nozīmi, piemēram: vietējā ūdensapgādes iestāde / pašvaldība.
- Akcentēt, ka plūdu laikā rūpnieciska piesārņojuma risks patiešām var pastāvēt, taču neapstiprināti sociālo tīklu apgalvojumi var izraisīt nevajadzīgu paniku vai bīstamu rīcību.
- Saistīt tematu ar jēdzienu “Natech” (dabisku apdraudējumu izraisītas tehnoloģiskas avārijas) — plūdi var bojāt ķīmiskās vai ūdensapgādes iekārtas un radīt reālus riskus, taču piesārņojumu var apstiprināt tikai atbildīgās un kompetentās iestādes.

# Bioloģiskie / ar veselību saistītie apdraudējumi ūdens izraisītu katastrofu mītu un dezinformācijas atspēkošanas kontekstā

- **Ar ūdeni saistītas katastrofas var radīt labvēlīgus apstākļus slimību uzliesmojumiem un nopietniem sabiedrības veselības apdraudējumiem.** Šādas ārkārtas situācijas ietekmē ne tikai fizisko veselību, bet arī psihisko labbūtību un kopienu noturību.
- **Ūdensceļu slimības:** holēra, vēdertīfs, A/E hepatīts un dizentērija, ko izraisa piesārņots palu ūdens vai bojātas ūdensapgādes sistēmas.
- **Vektoru pārnēsātas slimības:** odu pārnēsātas slimības (piemēram, malārija, drudža formas) pēc tam, kad pēc plūdiem saglabājas stāvošs ūdens.
- **Pelējums un iekštelpu gaisa apdraudējumi:** mitras mājokļu telpas un patversmes var izraisīt elpceļu problēmas un alerģijas.
- **Psihiskās veselības ietekme:** trauksme, psiholoģiska trauma vai sāras pēc evakuācijas, zaudējumiem vai ilgstošas nenoteiktības.
- **Veselības aprūpes pakalpojumu traucējumi:** plūdi var bojāt slimnīcas, izolēt kopienas un aizkavēt medicīniskās palīdzības sniegšanu.
- **Mājsaimniecību gatavībā** jāietver droša dzeramā ūdens uzkrājumi, higiēnas piederumi un pirmās palīdzības komplekti.
- **Kopienām** nepieciešamas agrīnās brīdināšanas sistēmas, kas informē ne tikai par plūdiem, bet arī par slimību riskiem.

# Ūdens izraisītu slimību uzliesmojumi – piesārņots ūdens pēc plūdiem

## *Kāpēc ir svarīgi zināt*

- **Plūdi bieži bojā kanalizācijas sistēmas un ūdensvadus**, ļaujot patogēniem nonākt dzeramajā ūdenī.
- Cilvēki dezinformācijas vai piekļuves trūkuma dēļ var izmantot **nedrošus ūdens avotus** (piemēram, akas, upes).
- Maldinoša informācija, piemēram, ka “**ūdeni nav nepieciešams vārīt**”, var veicināt slimību uzliesmojumus.
- **Savlaicīga veselības iestāžu komunikācija un higiēnas prasību ievērošana** ir izšķiroša nozīme risku mazināšanā.
- **Biežāk sastopamās slimības:** holēra, dizentērija, vēdertīfs, A/E hepatīts.
- **Profilakse:** vārīt vai dezinficēt ūdeni, regulāri mazgāt rokas, izvairīties no pārtikas, kas sagatavota, izmantojot palu ūdeni.

# Ūdens izraisītu slimību uzliesmojumi – piesārņots ūdens pēc plūdiem

## Mīti - atspēkoti

- **MĪTS:** Ja ūdens izskatās dzidrs, tas noteikti ir drošs dzeršanai.  
**FAKTS:** Palu ūdens var saturēt neredzamus patogēnus, piemēram, *Vibrio cholerae* vai *E. coli*. Pat vizuāli tīrs ūdens var izraisīt smagu saslimšanu. Vienmēr **vāriet vai dezinficējiet dzeramo ūdeni**, līdz atbildīgās iestādes ir oficiāli apstiprinājušas tā drošību.
- **MĪTS:** Pudelēs pildīts ūdens pēc katastrofas vienmēr ir drošs.  
**FAKTS:** Plūdu vai izplatīšanas laikā **nepareizi uzglabātas vai neatbilstoši noslēgtas pudeles** var tikt piesārņotas. Vienmēr **pārbaudiet, vai iepakojuma plombe ir neskarta**, un izmantojiet **oficiāli apstiprinātus ārkārtas ūdens izsniegšanas punktus vai sadales centrus**.
- **Vāriet ūdeni vismaz 1 minūti** vai izmantojiet **hlora tabletes** dzeramā ūdens dezinfekcijai.
- **Mazgājiet rokas** pirms ēšanas vai pārtikas pagatavošanas.
- **Izvairieties no saskares ar palu ūdeni** un iespējami piesārņotu pārtiku.
- **Sekoiet oficiālajiem paziņojumiem** (veselības dienests, Sarkanais Krusts, ES Civilās aizsardzības mehānisms).
- **Savlaicīgi ziņojiet par simptomiem** (caureja, vemšana, drudzis), lai novērstu slimību uzliesmojumus.

# Pārnēsātājorganismu izraisītas slimības – odu izplatība pēc plūdiem

## *Kāpēc ir svarīgi zināt*

- Pēc plūdiem palikušais stāvošais ūdens kļūst par ideālu vairošanās vidi odiem.
  - Tādas slimības kā malārija, tropu drudzis (dengue) un Zikas vīruss pēc spēcīgām lietavām vai plūdiem izplatās daudz straujāk.
  - Maldīgs uzskats, ka “odi vairojas tikai netīrā ūdenī”, var mazināt profilakses pasākumu ievērošanu.
  - Evakuētās personas pārpildītās patvertnēs ir pakļautas paaugstinātam riskam.
- - Likvidēt stāvošu ūdeni māju un patvertņu apkārtnē.
  - Lietot moskītu tīklus, repelentus un piedalīties kopienas odu apkarošanas programmās.
  - Iekļaut vektoru kontroli ārkārtas situāciju gatavības plānos.

# Pārnēsātājorganismu izraisītas slimības – odu izplatība pēc plūdiem

## Mīti - atspēkoti

- **MĪTS:**  
Cilvēki bieži uzskata, ka odi nevar vairoties tīrā ūdenī.
- **FAKTS:**  
Odi vairojas jebkurā stāvošā ūdenī — arī tīrā lietusūdenī, kas sakrāties traukos, riepās vai puķu podos.  
Pēc plūdiem gan tīras, gan netīras ūdens peļķes rada ideālus apstākļus odu vairošanās vietām.
- **MĪTS:**  
Pastāv uzskats, ka plūdi iznīcina odus un samazina slimību izplatības risku.
- **FAKTS:**  
Plūdu ūdeņi var īslaicīgi aizskalot odus, taču, ūdenim atkāpjoties, veidojas stāvoši ūdens uzkrājumi, kas nodrošina ideālus vairošanās apstākļus.  
Ja netiek veikti profilakses pasākumi, odu populācija strauji pieaug 1–2 nedēļu laikā pēc plūdiem.
- Nosusiniet vai pārklājiēt visus stāvošā ūdens uzkrājumus ap mājokļiem un patversmēm.
- Izmantojiet moskītu tīklus (īpaši bērniem un grūtniecēm).
- Lietojiet insektu atbaidīšanas līdzekļus un valkājiet apģērbu ar garām piedurknēm.
- Atbalstiet sabiedrības odu apkarošanas pasākumus vai larvicīdu izmantošanu riska zonās.
- Drudža, izsitumu vai citu simptomu gadījumā savlaicīgi vērsieties vietējā veselības aprūpes iestādē.

# Apstājies un padomā

*Baumas pēc plūdiem: "Odi šeit nevar izplatīt slimības"!!*

- Pēc plašiem plūdiem vairākas ģimenes pagaidu patversmē uzskata, ka odu kodumi nav bīstami, jo “mūsu reģionā malārijas nav”. Viņi atsakās izmantot moskītu tīklus un neievēro aicinājumus pārklāt ūdens traukus, apgalvojot, ka plūdi odus jau ir aizskalojuši.

**Kā jūs rīkotos šādā situācijā?**

**Vai mēģinātu viņus pārliecināt?**

**Kā jūs skaidri, mierīgi un saprotami izskaidrotu reālos veselības riskus?**

# Apstāties un padomā

## *Moskītu riska kontrole pēc plūdiem*

- Nodrošināt skaidru, faktos balstītu komunikāciju: Paskaidrot, ka 1–2 nedēļas pēc plūdiem odu vairošanās parasti pieaug, jo saglabājas stāvošs ūdens.
- Veicināt aizsardzības pasākumus: Izmantot ar insekticīdiem apstrādātus moskītu tīklus, pārklāt ūdens traukus un ik dienu novērst stāvoša ūdens uzkrāšanos.
- Aktivizēt kopienas sadarbību: Veicināt nelielu grupu praktiskus demonstrējumus vai iesaistīt kopienas veselības aprūpes darbiniekus, lai viņi ar savu rīcību parādītu labās prakses piemērus.

Kāpēc daļa reakciju ir nedrošas:

- Pieņēmums, ka “odus plūdi ir aizskalojuši”, aizkavē profilakses pasākumus un var veicināt slimību uzliesmojumus.
- Paļaušanās uz mītiem (piemēram, “tīrs ūdens nepiesaista odu”) nozīmē, ka reālie riski netiek savlaicīgi novērsti.



# Iedvesmojoša rīcība un paraugi

## Kamaishi brīnums

- **2011. gada 11. martā** pie Japānas krastiem notika **9,1 magnitūdas zemestrīce**, kas izraisīja postošu cunami. Piekrastes pilsētā **Kamaishi** tūkstošiem cilvēku dzīvība pēkšņi bija nopietni apdraudēta.
- **Kamaishi Higashi pamatskolas** skolēni gadiem ilgi bija piedalījušies intensīvās katastrofu sagatavotības mācībās, kurās tika nostiprināts pamatprincips: *“Cunami gadījumā negaidi norādījumus — nekavējoties dodies uz augstāku vietu.”*
- Kad notika zemestrīce, skolēni, **negaidot skolotāju komandas vai oficiālu sirēnu**, uzreiz atpazina apdraudējumu un sāka evakuēties uz iepriekš noteiktajiem drošajiem punktiem augstākā reljefā.
- Šie drosmīgie jaunieši neaprobežojās tikai ar savu glābšanu — **viņi aktīvi aicināja pievienoties arī tuvumā esošos gados vecākus cilvēkus un jaunākus bērnus**, krīzes brīdī apliecinot pašiniciatīvu, atbildību un nesavtīgu līderību.



1. attēls Kamaishi ilustrācijas brīnums  
(AI ģenerēts no ChatGPT)

# Padziļinātai izpētei

- **Izglītojošs raksts / emuārs** [Flood season again: Debunking the Myths – Dr Helmy Hazmi](#) Tieši pievēršas un atspēko 13 populārus plūdu mītus, kas aptver visu, sākot no ūdens piesārņojuma līdz pelējuma augšanai pēc plūdiem.
- **Oficiālais ANO ziņojums/raksts** [Seven myths about disasters debunked – separating the disaster facts from disastrous falsehoods](#) Izaicina izplatītus pārpratumus par katastrofu varbūtību (piemēram, "100 gadu plūdu" mīts) un "dabas" katastrofu jēdzienu.
- **Mācību video** [Flood, Flash-Flood & Tsunami Safety at Izmir University of Economics](#) Sniedz praktiskus, soli pa solim norādījumus par sagatavošanos plūdiem, pēkšņiem plūdiem un cunami, izmantojot skaidras animācijas.
- **Oficiālā NVO/aģentūra** [Flood Safety Checklist - American Red Cross](#) Kodolīgs, autoritatīvs kontROLSaraksts, kurā detalizēti aprakstīts, ko darīt pirms plūdiem, plūdu laikā un pēc tiem.
- **Oficiālais ziņojums/PVO faktu lapa** [Floods: How to protect your health \(World Health Organization\)](#) Koncentrējas uz ar veselību saistītu mītu atspēkošanu, sniedzot faktus par ūdens un vektoru pārnēsātām slimībām un droša dzeramā ūdens kritisko nozīmi.

# Avoti

- Copernicus. (2023). [cite\_start][Report on European flood-prone areas] (Data cited in slide "Understanding the Importance" regarding 1 in 4 EU citizens).
- Eurobarometer. (2022). [cite\_start][Survey Report on Disaster Information Verification] (Data cited in slide "Understanding the Importance" regarding 62% of EU citizens unsure how to verify disaster information).
- Hazmi, H. (n.d.). [cite\_start]Flood season again: Debunking the Myths (Educational Article/Blog).
- Izmir University of Economics. (n.d.). [cite\_start]Flood, Flash-Flood & Tsunami Safety at Izmir University of Economics [Instructional Video].
- *UNESCO-IOC Tsunami Information Centre, NOAA, Copernicus Emergency Management Service, EU Civil Protection Mechanism*
- United Nations. (n.d.). [cite\_start]Seven myths about disasters debunked – separating the disaster facts from disastrous falsehoods (Official UN Report/Article).
- World Health Organization (WHO). (n.d.). [cite\_start]Floods: How to protect your health (Fact Sheet).

# 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 5. nodaļu «ŪDENS APDRAUDĒJUMU IZPRATNE UN RĪCĪBA»

## un 26. mācību moduli “Ūdens katastrofu mītu un maldinošas informācijas atspēkošana!”

SEKO MUMS



<https://vetready.eu/>