



Drošības noteikumi

ERASMUS+ projekts

2020-1-LV01-KA204-077527

Vieglās valodas veicināšana sociālajai iekļaušanai

PERLSI



Līdzfinansē
Eiropas Savienība



PERLSI

SOLUTION AND IMPACT



1. Kā droši pāriet ielu?

Pa ielām brauc daudz mašīnu.



Gājējiem dažreiz ir grūti pāriet ielu.

Tāpēc visiem jāievēro ceļu satiksmes noteikumi.

Gājēji drīkst iet pāri ielai noteiktās vietās.

Droši pāriet otrā ielas pusē var pa gājēju tuneļiem.

Gājēju tuneļi atrodas zem ielas pazemē.

Tādus tuneļus sauc par pazemes tuneļiem.



Gājēju pārejas var būt virs zemes.



Tādas pārejas sauc par virszemes pārejām.

Taču tādu pāreju nav daudz.

Droši var iet pāri ielai pie luksofora.

Jāgaida zaļā gaisma luksoforā.



Tad var iet pāri ielai.

Parasti gaisma luksoforā pārslēdzas pati.

Dažreiz gaismu luksoforā var nomainīt pats gājējs.

Gājējs var nospiegt īpašu pogu pie gājēju pārejas.



Tad gājējs gaida zaļo gaismu.

Ielu var pāriet pa gājēju pāreju.

Gājēju pāreja ir baltas svītras uz ielas.



Tomēr gājējiem jābūt uzmanīgiem.

Vienmēr jāpaskatās uz ielu pa kreisi un pa labi.



Dažreiz mašīnas tuvojas ļoti ātri.

Tad labāk pagaidīt ielas malā.

Mašīnas apstāsies.

Tad ielu var pāriet droši.

Dažreiz pa ielu brauc mašīnas ar sirēnām.

Tā var būt ātrā palīdzība vai policija.



Tie var būt arī ugunsdzēsēji.

Šīm mašīnām visi dod ceļu.

Ielas malā pagaida arī gājēji.

2. Kāpēc tumšā laikā vajag atstarotāju?

Vakaros ielas un ceļi ir tumši.

Šoferiem ir grūti redzēt gājējus.



Reizēm līst vai stipri snieg.

Tad redzēt gājējus ir vēl grūtāk.

Tāpēc gājējam uz ielas ir drošāk ar atstarotāju.

Tumšā laikā mašīnas brauc ar ieslēgtām gaismām.

Atstarotājus taisa no īpaša materiāla.

Tāpēc atstarotājs mašīnu gaismā spīd.



Gājēju ar atstarotāju šoferim ir vieglāk ieraudzīt.

Tad šoferis var apstāties vai apbraukt gājēju.

Atstarotāji var būt dažādi.

Tie var būt piekariņi



Piekariņus pieliek pie drēbēm vai somas.

Atstarotājs var būt aproce.

Aproci var uzlikt uz rokas vai kājas.



Var uzvilkt arī atstarojošu vesti.

Tādas vestes bieži velk policisti un riteņbraucēji.



3. Drošība mežā

Cilvēkiem patīk pastaigas mežā.

Mežā var atpūsties.

Mežā var lasīt ogas un sēnes.



Taču svešā mežā var apmaldīties.

Tāpēc svarīgi labi sagatavoties.

Tad doties mežā būs droši.

Vispirms jāparunā ar ģimeni vai draugiem.



Varbūt kāds var iet uz mežu līdzi.

Divatā mežā ir drošāk.

Uzvelciet mugurā kaut ko košu.

Piemēram, košu jaku vai cepuri.

Tad citiem cilvēkiem būs viegli jūs ieraudzīt.

Mežā svarīgi vērot apkārtni.

Mežā vienmēr ir īpaši koki vai lieli akmeņi.



Tuvumā var būt kādas mājas vai ceļa zīme.

Atcerieties tos!

Tas palīdzēs atrast ceļu uz mājām.

Ko ņemt līdzi uz mežu?

Ņemiet līdzi lapiņu ar savu vārdu un uzvārdu.

Uz lapiņas uzrakstiet savu adresi.

Uzrakstiet savas ģimenes vai drauga telefonu.

Anna Liepiņa
Zaļā iela 5
23456789

Ņemiet līdzi savu mobilo telefonu.



Tam jābūt uzlādētam.

Ņemiet līdzi kaut ko dzeramu.

Piemēram, ūdeni.



Ņemiet līdzi kaut ko ēdamu.

Piemēram, šokolādi.



4. Par drošu peldēšanos

Vasara ir peldēšanās laiks.

Peldēšanās palīdz mums būt veseliem.

Taču ūdenī jābūt uzmanīgiem.

Vienmēr ievērojiet peldēšanās noteikumus!

Visdrošāk peldēties atļautās vietās.



Šajās vietās strādā glābēji.

Viņi rūpējas par peldētāju drošību.

Peldēt drīkst tikai līdz bojām.



Bojas peld ūdenī un ir košā krāsā.

Tās viegli ieraudzīt.

Peldēt aiz bojām ir bīstami.

Peldēties vienam nav droši!

Labāk iet peldēties kopā ar otru cilvēku.



Peldoties var notikt kaut kas bīstams.

Tad otrs cilvēks varēs palīdzēt.

Droši ir peldēties dienā.

Dienā var redzēt krastu un peldēt atpakaļ.



Karstā laikā ūdenī jāiet lēni.

Ūdens ir daudz aukstāks par gaisu.

Cilvēkam ir jāpierod pie aukstā ūdens.

Peldēties jāiet labā, mierīgā laikā.

Vējainā laikā ūdenī ir lieli viļņi.



Tad peldēties nav droši.

Lieli viļņi var ievilkāt pārāk dziļi ūdenī.

Upē dažreiz ir stipra straume.

Tā var aiznest tālu uz priekšu.

Tad jāmēģina peldēt tuvāk krastam.

Tad varēs izpeldēt mālā.

Peldēties var ar piepūšamiem riņķiem.



Peldēties var ar piepūšamiem matračiem.

Tomēr ar tiem ir droši peldēt tikai tuvu krastam.

Peldēt tālu un dziļi ir bīstami.



Var nepietikt spēka izpeldēt krastā.

Pirms peldēšanās nedrīkst dzert alkoholu.

Tad peldēties ir ļoti bīstami.

5. Drošība virtuvē

Darboties virtuvē patīk daudziem.

Paša gatavots ēdiens garšo labāk.



Taču virtuvē ir savi noteikumi.

Ēdienu var aiztikt tikai ar tīrām rokām.

Tāpēc vajag nomazgāt rokas ar ziepēm.



Garus matus vajag sasiet zirgastē.



Garus matus var sapīt bizē.

Tad ēdienā neiekritīs mati.

Ar nazi jārīkojas uzmanīgi.



Ar to var sagriezt pirkstu.

Jāuzmanās arī no karsta ūdens.



Ar to var apdedzināties.

Dažās virtuvēs ir gāzes plīts.



Tad katlu vai pannu silda uguns.

Dažās virtuvēs ir elektriskā plīts.



Tad katlu vai pannu silda elektrība.

Ieslēgtai plītij ir karsta virsma.

Katli un pannas uz plīts kļūst karsti.

Ar karstu katla vāku vai rokturi var apdedzināties.

Tāpēc jālieto lupatiņa vai virtuves cimds.



Uz plīts var likt tikai katlu vai pannu.

Citas virtuves lietas liek uz galda.

Dažreiz virtuvē saplīst trauki.

Tad lauskas uzmanīgi jāsaslauka un jāizmet.



Dažreiz kaut kas izlīst uz grīdas.

Tad šķidrums uzreiz jāsaslauka.



Pēc darba virtuve jāsakārto.

Visas virtuves lietas jānoliek vietā.



Trauki jānomazgā.



Galds jānoslauka.



Jānotīra arī plīts.



Plīti var tīrīt tikai atdzisušu.