

SVARĪGI!

DROŠĪBA PELDBASEINĀ

PELDĒT DROŠI



JĀIEVĒRO DROŠĪBAS NOTEIKUMI

Noslīkt var arī prasmīgs, bet pārgalvīgs peldētājs.



SLĪKŠANA NOTIEK ĀTRI

Līdzko bērnam ūdenī rodas grūtības, jums reaģēšanai var būt nepilna minūte.



SLĪKŠANA NOTIEK KLUSI

Var nebūt ne šļakstu, ne roku vicināšanas, ne saucienu.



PIESKATĪT BĒRNUS IR VECĀKU PIENĀKUMS

Glābēja uzdevums ir uzraudzīt noteikumu ievērošanu, novērot, glābt un atdzīvīnāt.

BĒRNIEM JĀZINA, KĀ IZDZĪVOT ŪDENĪ

Prast iznirt virs ūdens, ja tas sniedzas pāri galvai.

Spēt noturēties virs ūdens vismaz minūti un sagaidīt palīdzību.

Prast izklūt no ūdenstilpes, neizmantojot trepes.

Prast nopeldēt vismaz 100 metrus.

Prast apgriezties uz muguras un gulēt uz ūdens.

Prast ūdenī atbrīvoties no drēbēm.

Sadarbībā ar



www.peldet.lv

ESIET MODRI UN PIESKATIET BĒRNUS PIE ŪDENS UN ŪDENĪ!