



## Tuvojoties oficiālās peldsezonas sākumam, pašvaldību pārstāvjus izglīto par peldvietu drošību

Publicēts: 28.04.2023.

[Preses relīzes](#)



2023. gada 26. aprīlī Slimību profilakses un kontroles centrs, sadarbībā ar Veselības inspekcijas (VI) speciālistiem rīkoja apmācības Nacionālā Veselīgo pašvaldību tīkla (NVPT) pārstāvjiem par peldvietu drošības jautājumiem un pašvaldības iedzīvotāju veselībratības veicināšanu. Apmācībās tika pārstāvēti visi Latvijas reģioni.

Seminārā VI speciālisti Normunds Kadiķis un Daina Sudraba-Livčāne stāstīja par peldvietu ūdens kvalitātes nozīmi un labiekārtotu un drošu peldvietu izveidi kā preventīvu instrumentu noslikšanas un traumu gadījumu skaita samazināšanai.

Biedrības “Peldēt droši” pārstāvji Zane Gemze un Toms Jēkabsons stāstīja par peldvietu labiekārtošanu, uzraudzību un izmantošanu drošai atpūtai pie un uz ūdens, iemācīja pamatprincipus drošai uzvedībai pie un uz ūdens, kā arī pamatoja peldētprasmes nozīmi kā dzīvību saglabājošu prasmi. Noslēgumā lektore Dace Kravale vēlreiz akcentēja veselībratības kopējo konceptu un nozīmi, kā arī vedināja dalībniekus domāt par veselībratības uzlabošanas iespējām pašvaldības iedzīvotājiem dažādās auditorijās.

Kāpēc runāt par šīm tēmām ir svarīgi?

Latvijā katru gadu noslikt vidēji 136 cilvēki, no kuriem aptuveni katrs devītais ir bērns vai jauniešs vecumā no 5 līdz 24 gadiem. No 2013. līdz 2021. gadam noslikti 89 bērni vecumā līdz 19 gadiem, lielākā daļa no tiem – 15 līdz 19 gadus veci pusaudži un bērni līdz 4 gadu vecumam. Dati liecina, ka visbiežāk bērni slikt atklātās ūdenstilpnēs. Laikā no 2013. līdz 2021. gadam diķi noslikti 23 bērni, upē – 19 bērni, jūrā – 8 bērni. Jaunāki bērni noslikt gan ārtelpu, gan iekštelpu baseinos vai nenorobežotās

piemāju ūdenstilpnēs. Tikpat būtiski ir novērst peldsezonas laikā netīši gūstamās traumas. Statistikas dati liecina, ka 2020. gadā 61 cilvēks guvis traumas, atpūšoties pie ūdens vai atrodoties ūdenī. Visvairāk traumu ieguvušas personas 35–39 gadu un 15–24 gadu vecumgrupās, visbiežāk – vīrieši. NVPT pārstāvjiem jābūt ziņojošiem par drošu peldēšanu un atpūtu pie un uz ūdenstilpēm, lai spētu drošības pasākumus ieviest un nodrošināt savā pašvaldībā.

Tāpat NVPT pārstāvju ikdienas pienākumos ietilpst dažādu veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu organizēšana pašvaldības iedzīvotājiem. Veselībratība un veselībratību veicinošas aktivitātes ir nepieciešams rīks, lai cilvēki spētu orientēties plašajā veselības informācijas pasaulē un neapjuktu tajā. Veselībratība palīdz vieglāk atrast un saprast, veiksmīgāk komunicēt un adekvātāk izmantot informāciju par veselību. Veselībratīgi pašvaldības iedzīvotāji ir solis veselīgākas pašvaldības virzienā. Būtiski, lai NVPT pārstāvjiem būtu zināšanas par to, kā veicināt veselībratību savas pašvaldības iedzīvotāju vidū.

Galvenie secinājumi un ieteikumi pēc apmācībām

Ierīkojot peldvietu ir jāapzinās visi ārējie riski, kuri var rasties un radīt apdraudējumu peldvietas apmeklētājiem. Dažādi riski ir peldvietās, kuras ierīkotas piekrastes ūdeņos un peldvietās, kuras ierīkotas iekšējos ūdeņos, proti, ezeros, upēs un dīķos. Katrā no ūdenstilpēm ir savi ārējie riski. Piemēram, ezeros un dīķos tie ir dūņu slāņa veidošanās, ūdens augu izplatīšanās, ūdenslīmeņa svārstības, atkritumu, koku zaru nonākšana ūdenī. Ierīkojot peldvietu dīķī, būtu jāparūpējas par to, lai tā nebūtu pieejama maziem bērniem vai bērniem, kuri neprot peldēt. Īpaši tādos gadījumos, kad ūdenstilpne atrodas tuvu apdzīvotām vietām.

Upēs galvenais apdraudējums ir straumes stiprums. Straumes var radīt tādus riskus kā peldētāju un priekšmetu pārvietošana. Tāpat pie apdraudējuma var minēt ūdens līmeņa svārstības, proti, pieaugot ūdens līmenim, pamatā vienmēr pieaug arī straumes stiprums. Ierīkojot peldvietu upē, ir jāņem vērā, ka tuvāk upes vidum pamatā vienmēr straumes stiprums būs lielāks. Jāpiebilst, ka upēs ir arī apgrūtināti glābšanas darbi.

Ierīkojot peldvietu jūrā, jāņem vērā, ka viļņošanās ietekmē var mainīties sēkļu konfigurācija. Tas nozīmē, ka starp sēkļiem var veidoties dziļas bedres. Peldsezonas laikā, vairākkārtīgi mainoties gultnei, piekrastes ūdeņos nepārtraukti ir jāveic boju stāvokļa monitorēšana – jāpārbauda, vai tās atrodas atbilstošā dziļumā un nepieciešamības gadījumā bojas jāpārvieta. Tas pats attiecas arī uz citām peldvietām, kur ir aktuālas ūdens līmeņa izmaiņas.

Ieteikumi, kas jāņem vērā ierīkojot, izveidojot peldvietu:

- Pakāpeniska dziļuma maiņa.

Peldvietas ūdens daļai jābūt ar lēzenu kritumu, lai nodrošinātu pakāpenisku ienākšanu ūdenī kā pieaugušajiem, tā arī bērniem. Turklāt peldvietas dziļumam ir jābūt tādām, lai varētu ierīkot bērnu sektoru, t.i., izlikt bērnu bojas līdz 70 cm dziļumam.

- Optimāls peldvietas garums un platums.

Peldvietas izmēriem ir jābūt tādiem, lai tajā varētu atrasties un peldēt optimāls cilvēku skaits. Ierīkojot nepietiekami plašu peldvietu, kurā nepietiek vieta visiem peldēt gribētājiem, var izprovocēt peldēšanu ārpus peldvietas, kur tas vairs nav droši. Peldvietas izmēriem jābūt tādiem, lai cilvēki patstāvīgi varētu atgriezties krastā.

- Pārbaudīta peldvietas gultne.

Gultnei jābūt cietai, bez dūņām un atbrīvotai no zemūdens priekšmetiem, piemēram, zariem, akmeņiem, stikliem, dažādām konstrukcijām.

- Peldvietas sauszemes un ūdens daļām jābūt pietiekami insolētām.

Vēlams, lai lielāko dienas daļu peldvietas sauszemes un ūdens daļas tiktu apsaulotas. Tajā pašā laikā, jābūt iespējai patverties ēnā.

- Neveidot laipas peldvietas ūdens un sauszemes daļā.

Koka konstrukcijas ūdens ietekmē ātri bojājas – koks sāk pūt, no koka atslāņojas naglas un skrūves. Minētās būves rada papildus risku traumēties un provocē lēkšanu ūdenī. Vēlams atturēties no koka laipu izveides arī sauszemes daļā. Pārvietojoties pa to basām kājām, bieži tiek gūtas traumas, proti, ierautas skabargas, nobrāzta ķermeņa daļas.

- Vēlams, lai katrā peldvietā būtu glābējs.

Ja peldvietā ir paredzēts glābšanas dienests, tad skatu torni vai glābšanas staciju jānovieto tā, lai saules stari pēc iespējas neatrastos pretī postenim. Tas ir nepieciešams, lai, veicot ūdens daļas novērošanu, glābēji netiktu žilbināti ar saules stariem, lai peldvieta būtu pārrēdzama.

Ūdens boju nozīme un funkcijas:

- tās norāda robežu, līdz kurai vietai peldēt ir droši;
- tās norāda robežu, līdz kurai glābējs var paspēt izglābt cilvēku;
- tās norāda robežu, līdz kurai drīkst pārvietoties ar ūdens transportu;
- tās norāda oficiālās peldvietas robežu (ja tāds statuss ir);
- pie bojas cilvēks var pieturēties un atpūsties, lai mērotu ceļu virzienā uz krastu;
- pie bojas var dot signālu glābējiem vai apkārtējiem.

*Uzziņai:*

Vairāk informācijas par drošību pie un uz ūdens: <https://www.spkc.gov.lv/lv/pargalvibas-cena-nelec>

#### Komunikācijas nodaļa

**Ilze Arāja**

Nodaļas vadītāja - Rīga, Dunties iela 22/5, 311.  
kab.

☎ +371 67387667 📠 +371 29487552



<https://www.spkc.gov.lv/lv/jaunums/tuvojoties-oficialas-peldsezonas-sakumam-pasvaldibu-parstavjus-izglito-par-peldvietu-drosibu>