



IZVAIRĪTIES NO TRAUMĀM

Uzsākot darbus, novērtējiet vides apstākļus, kur paredzēti sakopšanas darbi. Novērtējiet bīstamības - nogāzes, reljefs, aizķeršanās, nokrišanas riski, laikapstākļi, jūsu apģērba un apavu piemērotība, instrumentu stāvoklis.

Strādājot izmantojiet cimdus, ja darbu veiksiet ar trimmeri, motorzāģi vai t.m.l., lietojiet dzirdes un redzes aizsardzības līdzekļus. Daudz ērtāk un drošāk jutīsieties, ja kājās būs ūdensdroši apavi ar labu zoles protektoru un zoles aizsardzību pret caurduršanu.



Ja atrodat priekšmetu, kas atgādina sprāgstvielu vai nav saprotama priekšmeta izcelsme, tos neaiztieciat, nemēģiniet tiem spert, tos velt, celt vai kā citādi aizskart un ziņojiet talkas koordinātoram, tas pats attiecas uz bīstamām, kodīgām vielām, tāpat, neko tādu nedrīkst nest uz mājām, mēģināt svilināt vai izjaukt.



Starp zariem, lapām un atkritumiem, var būt arī stikli, asas atlūzas vai šļirces. Visdrošāk lietot atkritumu savākšanai piemērotus darbarīkus. Atkritumu savākšanai jālieto biezi atkritumu maisi, rokās - cimdi no iespējami bieza materiāla. Izvairoties spiest ar rokām vai piespiest sev klāt atkritumu maisus. Atrastās šļirces un adatas savācam necaurduramos konteineros, piem, plastmasas pudelēs, kuras iespējams aizskrūvēt. Adatas, konteinerā ievieto ar aso galu pa priekšu. Šļirces un adatas, kas ievietotas necaurduramā konteinerā, nododiet talkas koordinātoram.



Ja talkas laikā, gūstat traumu vai Jums parādās veselības traucējumi, nekavējoties, uzsāktais darbs ir pārtraucams un vērsieties pie talkas koordinātora. Ja talkas laikā, esat aculiecinieks negadījumam, neapdraudot sevi sniedziet pirmo palīdzību cietušajam un ziņojiet talkas koordinātoram par notikušo.



Smagumus celiet komandā. Iespējami daudz izmantojiet palīgīdzekļus - ķerras, lāpstas, grābekļus. Ceļot smagumus, izvairieties no asām, straujām kustībām. Smagumu celšanai, izmantojiet kāju spēku, "neraujiet" ar muguras spēku.

Nelietojiet bojātus instrumentus. Pārtrauciet sakopšanas darbus, ja neesat pārliecināts par personīgo drošību.

Bez uzraudzības neatstājiet bērnus. Atturieties no alkohola lietošanas. Ja atrodas slimus vai mirušus putnus vai dzīvniekus, tos neaiztieciat un ziņojiet talkas koordinātoram.

UZMANĪBU - ĒRCES

Šobrīd aktīvi ir sākusies ērcu sezona. Drošības pamatprincipi - lietojiet repelentus, apģērba un garām, pieguļošām piedurknēm un bikšu staras ievilkta zeķēs. Ja pēc šodienas aktivitātēm, tomēr pamanāt uz apģērba rāpojošu vai piesūkušos ērci uz ķermeņa, to noņemiet no apģērba, apaviem vai dodieties uz tuvāko medicīnas iestādi, lai ērci izņemtu. Ērces koduma vietu vērojiet, jo koduma vieta var būt asimptomātiska (tas ir, slimības pazīmju trūkums) un tikai pēc laika, var parādīties izsitumi, apsārtums, ilgstošas galvassāpes vai citi neiroloģiski simptomi, tādā gadījumā nekavējoties dodieties pie sava ģimenes ārsta.