Jūrmala

jauniešu burāšanas klubs

Kluba darbības noteikumi

Pieņemti: 2020.g. .....

SATURS

1. TRENERU UN ATBILDĪGO PIENĀKUMI 3

2. VISPĀRĒJĀS KĀRTĪBAS NOTEIKUMI 4

2.1. Nodarbību saraksts 4

2.2. Ģērbtuves 4

2.3. Inventāra aprite un glabāšana 4

2.4. Bojāts inventārs 4

2.5. Motorlaivas 5

2.6. Tīrība un kārtība 5

2.7. Personas datu aizsardzība 5

2.8. Dalībnieku reģistrācija 5

2.9. Dalībnieku instruktāža 6

2.10. Darbības zonas 6

3. KĀRTĪBAS NOTEIKUMI BURĀJOT 6

3.1. Burāšanas individuālais ekipējums un apģērbs 6

3.2. Darbību kārtība iziešanai uz ūdens un atgriežoties krastā 6

3.3. Audzēkņu pienākumi 7

4. DARBĪBAS ZONAS 7

4.1. Kluba akvatorijas kartes apzīmējumi 7

4.2. Laika apstākļi 9

4.3. Dalībnieku un treneru skaitliskā attiecība 10

5. DARBĪBAS PLĀNS ĀRKĀRTAS GADĪJUMOS 11

5.1. Kontakti ārkārtas situācijās 12

5.2. Pirmās palīdzības komplekts (aptieciņa) 12

PIELIKUMS NR. 1 13

PIELIKUMS NR. 2 14

PIELIKUMS NR. 3 15

PIELIKUMS NR. 4 24

PIELIKUMS NR. 5 31

IEVADS

Jauniešu burāšanas klubs "Jūrmala" veic burāšanas apmācību saskaņā ar LZS un Jūrmalas Sporta skolas apstiprinātu burāšanas apmācības programmu. Klubs atrodas Jūrmalas pilsētā, Lielupes labajā krastā. Klubā burāšanas nodarbības notiek sezonāli, no aprīļa līdz oktobrim, atkarībā no vidējās gaisa t°. Sākot no jūnija līdz septembrim katru trešdienu notiek kluba rīkotā "2stundu regate", kā arī visas sezonas laikā, katru mēnesi klubs rīko pilsētas jauniešu burāšanas regates. Kluba audzēkņi piedalās visās lielajās valsts sacensībās, kā arī vairākās starptautiskajās. Klubs ir arī Jūrmalas Sporta skolas burāšanas nodaļas bāze.

1. TRENERU UN ATBILDĪGO PAR BĀZĒM DARBINIEKU PIENĀKUMI

Vecākais treneris

- Vecākajam trenerim (VT) ir vispārēja atbildība par burāšanas nodarbību, un viņš pārvalda visas darbības, kas notiek burāšanas nodarbības laikā saskaņā ar burāšanas kluba vadlīnijām.
- Pirms burāšanas nodarbības VT ir jāsniedz instruktāža katram trenerim, lai pārrunātu mācību plānus, laikapstākļus un citus drošības aspektus.
- VT var atlikt burāšanas apmācības nelabvēlīgu laika apstākļu dēļ vai arī gadījumā, ja nav iespējams nodrošināt drošības uzraudzību.
- VT ir jāpārliecinās, lai katras burāšanas nodarbības beigās būtu klāt visas personas, tāpat arī peldlīdzeklis un tā aprīkojums būtu uz vietas.

Treneri

- Treneriem ir jāpārzina visas šajā dokumentā izklāstītās procedūras.
- Treneriem ar VT ir jāpārrunā burāšanas nodarbību plāni. Ja treneri plāno apmācāmo grupu izvest ārpus paredzētās burāšanas zonas (skat. karti 10. lapā), tam ir jāsaņem atļauja. Attiecīgajam VT un kontaktpersonai saziņai krastā ir jābūt informētai par to, kur grupa dodas un kad tā atgriezīsies.
- Treneriem ir jāpārliecinās, vai grupas dalībniekiem nav kādu veselības problēmu — kā norādīts reģistrācijas anketā. Vajadzības gadījumā viņiem ir jākonsultē grupas dalībnieki vai viņu vecāki par veselības stāvokli.
- Treneriem ir jāinstruē norīkotās drošības laivas(-u) vadītāji un palīgi par to, kādi sagatavošanas darbi ir nepieciešami saistībā ar burāšanas apmācību nodarbībām un kāda palīdzība nepieciešama.
- Treneriem jāpārliecinās, lai laivām, pirms to ielaišanas ūdenī, būtu nodrošināts viss nepieciešamais aprīkojums.
- Treneriem ir jānodrošina, ka viņu grupas drošības laiva ir nodrošināta ar apkalpi un gatavības režīmā, pirms viņi var lūgt kontaktpersonas saziņai krastā atļautu grupai doties ūdenī.
- Treneriem ir jāuzrauga, vai kāds no audzēkņiem nav pārsalis vai nejūtas slikti, un ja tā ir, attiecīgais students ar drošības laivu jānosūta krastā — ja to ir iespējams nodrošināt.
- Treneriem ir jāziņo VT par to, ja Kluba laivām ir kādi bojājumi vai arī, ja trūkst aprīkojuma.

ATBILDĪGĀS PERSONAS

Kluba vadītājs Juris Ailis Kontakta tel.: +371 29221155

Vecākā Trenere: Ināra Aile Kontakta tel.: +371 29451444

2.VISPĀRĒJĀS KĀRTĪBAS NOTEIKUMI

2.1 Nodarbību saraksts

Burāšanas grupu nodarbības uz ūdens sākas līdz ko gaisa T° ir nostabilizējušies virs + 14 grādiem, parasti aprīļa vidū. Nodarbības notiek līdz oktobra vidum, arī atkarībā no konkrētajiem laika apstākļiem Treniņi klubā notiek saskaņā ar sporta skolas burāšanas nodaļas grupu nodarbību sarakstu, no pirmdienas līdz piektdienai. Skolas laikā nodarbības notiek sākot no plkst.16.00 - 19.30, vasaras sezonā sākot no plkst. 11.00 - 16.30 .

Nodarbība atkarībā no grupas sagatavotības līmeņa ilgst 3 x 40, 4 x 40 vai 5 x 40 minūtes, ieskaitot inventāra sagatavošanu iziešanai uz ūdens un sakārtošanu pēc atgriešanās krastā.

Nodarbību saraksts tiek saskaņots un izziņots sākoties burāšanas sezonai un tiek koriģēts jaunatnācēju un citu grupu sakomplektēšanas, vai sastāva izmaiņām sezonas gaitā.

2.2 Ģērbtuves

Jauniešu burāšanas klubā "Jūrmala" ir atsevišķas ģērbtuves meitenēm un zēniem.

2.3 Inventāra aprite un glabāšana

Jauniešu burāšanas klubā "Jūrmala", burāšanas sezonas laikā jahtas atrodas kluba nožogotā teritorijā uz ratiņiem, bet pārējais inventārs tiek novietots ēlingā. Optimist jahtu klases takelāža neizjaukta tiek ievietota speciālā statīvā. Laser klases buras tiek uzrullētas uz masta un novietotas ēlingā. Stūres un šverti tiek ievietoti speciāli tam paredzētā novietnē. Hidrotērpus un vestes glabā uz pakaramiem ļaujot tiem nožūt.

Katram audzēknim sezonas sākumā tiek ierādīta jahta un inventārs, par ko jārūpējas visas sezonas garumā.

Inventāra sagatavošanas un izjaukšanas darbības tiek uzskatītas par mācību obligātu sastāvdaļu, kas ir jāapgūst katram burātajam.

Visu inventāru pēc kārtējās lietošanas dalībnieki sakārto un novieto tam paredzētajā vietā tīri noskalotu(lietotāja atbildība), vai ar trenera atļauju nodod inventāru nākošās nodarbības dalībniekam personīgi.

Kategoriski aizliegts ir pamest inventāru ūdenī, vai daļēji izvilktu krastā.

Telpu iespēju robežās klubs piedāvā turēt bāzēs arī privātu burāšanas apmācības inventāru.

2.4 Bojāts inventārs

Treneru un lietotāju pienākums ir saudzīgi un uzmanīgi izturēties pret inventāru. Ja tiek ievērots, ka inventārs vai tā daļa ir bojāta vai nedarbojas un tas var izraisīt inventāra lielāku bojājumu vai audzēkņa savainojumu, ir nepieciešama tūlītēja šāda inventāra izņemšana no lietošanas un aizvietošana ar derīgu. Tas ir jāieraksta **kluba žurnālā,** inventāra apkopes sadaļā, **jāinformē bāzes vecākais treneris** un jāorganizē inventāra remonts vai aizvietošana. Nododot inventāru remontā Kluba žurnālā jāieraksta kas un kad to paņēmis uz remontu un kad atgriezts kluba bāzē.

2.5 Motorlaivas

Jauniešu burāšanas klubā "Jūrmala", nodarbību laikā atrodas vismaz viena motorlaiva. Laivu lietošanas uzsākšanas/pabeigšanas kārtība paredz to, ka treneris (vai asistents) pārbauda motorlaivas komplektāciju, degvielas rezervi un darbaspēju.

Pēc motorlaivas gatavības pārbaudes var dot atļauju dalībniekiem doties ūdenī.

Motorlaivai jāpaliek ūdenī trenera rīcībā kamēr pēdējais dalībnieks tiek krastā.

Treniņu darba nodrošināšanai motorlaivā, darba dienas sākumā jābūt vismaz 1. dienas patēriņa benzīna daudzumam. Morotlaivā jāatrodas arī rezerves degvielas tvertnei ar 5. litru degvielas daudzumu.

Prasības motorlaivu drošības aprīkojumam un tā sastāvs, kam vienmēr ir jāatrodas laivā, ir aprakstīti pielikumā Nr.1.

Dzinēja drošības vads/dzinēja izslēgšanas slēdzis

Visas motorlaivas, kas tiek izmantotas kā treneru laivas ir aprīkotas ar pilnībā funkcionējošu drošības vadu/ dzinēja izslēgšanas slēdzi(ķīlkords)

Motorlaivas apkope notiek reizi mēnesī, motora apkope notiek pirms sezonas sākuma un sezonas beigās, vai operatīvā kārtā pēc defektu parādīšanās. Motorlaivām ir noteikta atbildīgā persona. Par motorlaivas apkopes veikšanu ir atbildīga par motorlaivu atbildīgā persona

Mortolaivas un atbildīgā persona:

Brig 5,7 -	Juris Ailis
AVA 450 -	Juris Ailis

2.6 Tīrība un kārtība

Pēc inventāra lietošanas visi dalībnieki ievēro prasību, ka viss burāšanas aprīkojums ir kārtīgi jānoskalo pēc ikvienas lietošanas reizes.

Visiem ir jācenšas uzturēt tīrību un kārtību inventāra glabāšanas vietā un ģērbtuvēs.

Sezonas sākumā un beigās jahtkluba biedri rīko teritorijas sakopšanas talkas.

Par bāzes tīrību un kārtību atbildīgā persona ir: Ināra Aile

2.7 Personas datu aizsardzība

Darbā ar personas datiem ir jāievēro personu datu aizsardzības regula. Dalībnieku personu datu pieprasīšana un izmantošana tiek veikta tikai likumu vai noteikumu ietvaros noteikto darbību veikšanai. Dalībnieku datu publicēšana atļauta tikai tik daudz cik dalībnieks (viņa pilnvarotās personas) atļāvis parakstot apliecinājuma anketu/iesniegumu/līgumu vai kādu citu dokumentu, kurā ļauj izmantot savus personas datus.

2.8 Dalībnieku reģistrācija

Jaunam dalībniekam uzsākot nodarbības kādā no nodarbību grupām, ir jāiesniedz aizpildīta un parakstīta (nepilngadīga audzēkņa gadījumā pilnvarotas personas parakstīta) apliecinājumu anketa/ līgums / reģistrācijas forma kopā ar apliecinājumu par kluba iekšējās kārtības noteikumu ievērošanu un ārsta izziņa par veselības stāvokļa atbilstību burāšanas nodarbībām. Gadījumos, ja audzēknim ir kādi hroniski veselības traucējumi vai citas kaites, kas var ietekmēt paša dalībnieka vai citu dalībnieku drošību uz ūdens vai apdraudēt dzīvību,

personai, kas paraksta anketu/līgumu/reģistrācijas formu, minētajā dokumentā obligāti ir jāiekļauj atbilstoša informācija.

2.9 Dalībnieku instruktāža

Ne retāk kā reizi gadā treneris instruē savus audzēkņus par kluba iekšējās kārtības noteikumiem. Par instruktāžas saņemšanu un savu apņemšanos ievērot iekšējās kārtības noteikumus audzēkņiem ir jāparakstās instruktāžas žurnālā.

2.10 Darbības zonas

Atkarībā no laika apstākļiem un audzēkņu sagatavotības līmeņa treneri izmanto vairākas iespējamās treniņu akvatorijas.

Izbraukšanas ceļs no kluba upē ir atzīmēts ar bojām, kas norobežo sēkļus. Laivu kustība gar klubu nav intensīva, pārsvarā tās ir makšķernieku laivas.

Sākumapmācibas grupām treniņi notiek upē, turpat netālu no jahtkluba. Ļoti vājos vēja apstākļos arī pārējām grupām.

Pie Z un D vēja sporta grupām treniņi notiek akvatorijā pie Baltās kāpas, vai jūras līcī.

3. KĀRTĪBAS NOTEIKUMI BURĀJOT

3.1 Burāšanas individuālais ekipējums un apģērbs

Kluba audzēkņi izmanto individuālo ekipējumu atkarībā no laika apstākļiem: burāšanas zābaciņi vai sporta apavi ar neslīdošu zoli, īsais vai garais hirdotērps, vēju un ūdeni aizturošs apgērbs, cepure, cimdi un saulesbrilles.

Glābšanas vestes/personiskie glābšanas palīglīdzekļi

Visām klubā izmantotajiem personīgajiem glābšanas palīglīdzekļiem ir CE atbilstības makķējums. Atrodoties kluba teritorijā visiem audzekņiem ir jāvalkā glābšanas vestes. Treneriem personīgie glābšanas palīglīdzekļi jāvalkā dodoties uz ūdens.

Pirms nodarbības tiek pārbaudīts vai personīgie glābšanas palīglīdzekļi ir pareizi uzvilkti un atbilst audzēkņa augumam un svaram.

<u>Vadot drošības laivu tās vadītājam vienmēr jābūt:</u>

- Stingri piestiprinātam drošības vadam/dzinēja izslēgšanas slēdzim (ķīļkords), tādā stāvoklī, kas neļaus tam atraisīties un atvienoties neizslēdzot motorlaivas dzinēju.
- Uz drošības laivas vienmēr jābūt rezerves drošības vadam / dzinēja izslēgšanas slēdzim.
- Ūdensdrošā maciņā ievietotam, strādājošam ar pietiekoši uzlādētam mobilajam telefonam ar tajā saglabātiem municipālās policijas (glābēju) un kolēģu telefona numuriem vai rācijai, lai varētu sazināties ar krastā vai citā laivā esošu treneri vai kluba personālu.

3.2 Darbību kārtība iziešanai uz ūdens un atgriežoties krastā

- Audzēkņu ierašanās reģistrācija (trenera darba žurnāls)
- Inventāra sagatavošana treniņam
- Treniņa uzdevumu izklāsts: grupas uzdevums/nodarbības mērķi, burāšanas zona, zīmes;
- Audzēkņu saģērbšanās treniņam

- Atļauja iziet uz ūdens (motorlaiva ir gatavībā uz ūdens),
- Audzēkņi viens otram palīdz iestumt laivas ūdenī un dodas uz treniņu akvatoriju
- Nodarbība uz ūdens
- Atgriešanās krastā pēc trenera rīkojuma
- Dalībnieki izvelk savas laivas krastā un treneris pārliecinās par visu dalībnieku klātbūtni
- Treniņa analīze
- Audzēkņi sakārto savu inventāru
- Ziņojumi un pieraksti par jebkuriem bojājumiem, starpgadījumiem, savainojumiem, nelaimes gadījumiem (attiecīgās veidlapas ir kluba dokumentos)

3.3 Audzēkņu pienākumi

- Ievērot JBK un JSS darba kārtības noteikumus
- Iestājoties JBS jāiesniedz vēcāku vai aizbildņa aizpildītu reģistrācijas anketu un izziņu no ģimenes ārsta
- Uz nodarbību jāierodas savlaicīgi
- Atrodoties JBK teritorijā jālietot drošības vestes
- Jāievēro personīgo drošību un higiēnu
- Treniņa laikā nedrīkst nesāt rotaslietas un košļāt košļājamo gumiju
- Treniņa laikā uz ūdens nedrīkst lietot mobilo tālruni
- Nedrīkst lietot citus treniņu dalībniekus vai treneri aizvainojošus izteicienus, kā arī izrādīt vardarbību

3.4 Treniņā uz ūdens:

- Treneris izliek uzdevumu izpildei paredzētās pagrieziena zīmes un seko treniņa norisei un audzēkņu drošībai
- Laika apstākļiem mainoties, treneris pieņem lēmumus un paziņo dalībniekiem par uzdevumu maiņu vai arī par treniņa pārtraukšanu drošības apsvērumu dēļ.

4. Darbības zonas

4.1 Kluba akvatorijas kartes apzīmējumi

A – klubs, iebrišana, jahtu ielaišanas slips

B – iziešana upē

C – treniņu avatorija Nr. 1 iesācējiem Priedainē blakus jahtklubam

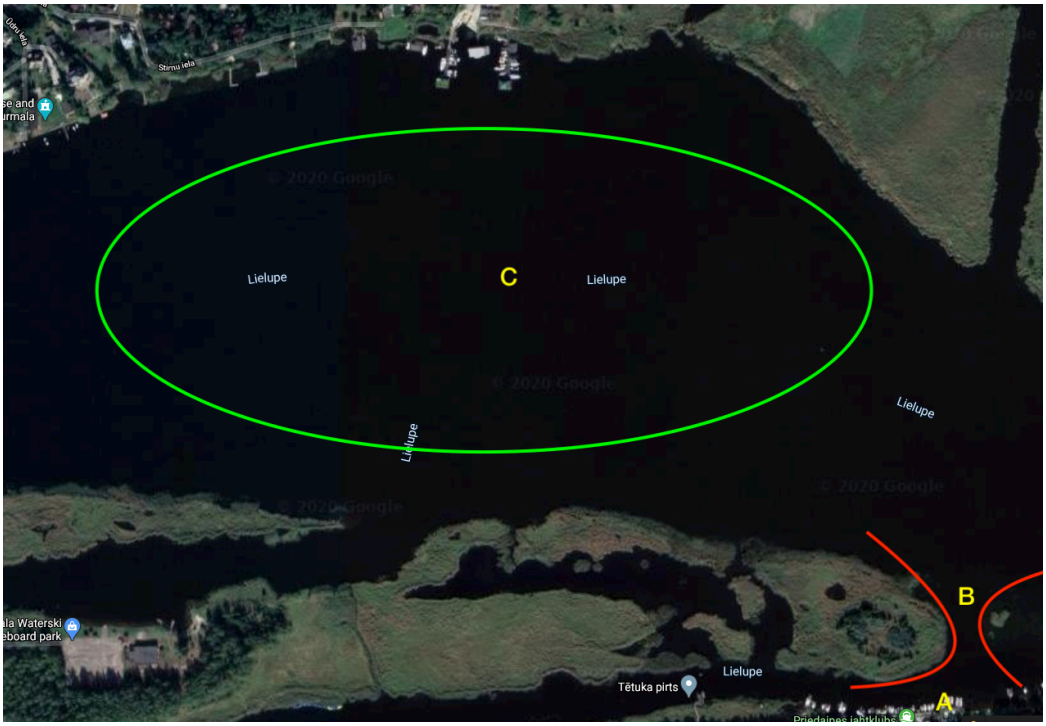
D - treniņu avatorija Nr. 2 sporta grupām Lielupē pie Baltās kāpas

E - maršruts uz treniņu akvatoriju jūras līcī

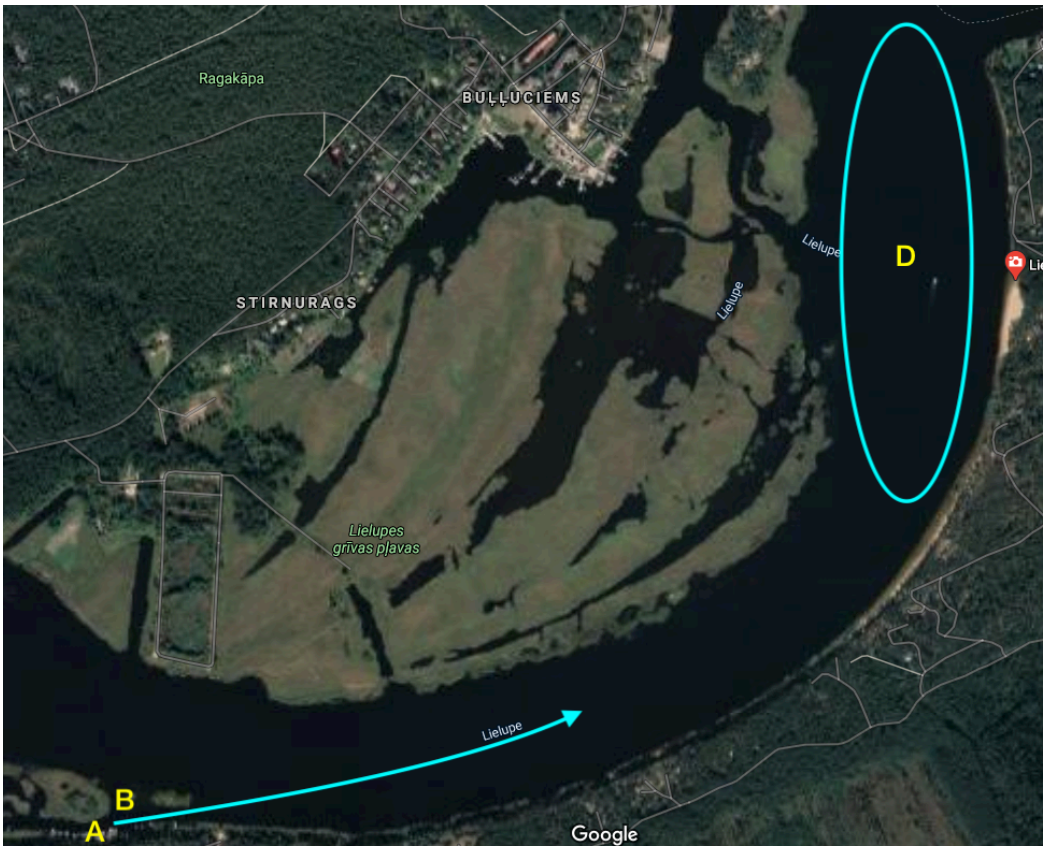
F - treniņu avatorija Nr. 3 sporta grupām jūras līcī

Ar sarkanajām līnijām apzīmētas sēkļu robežas

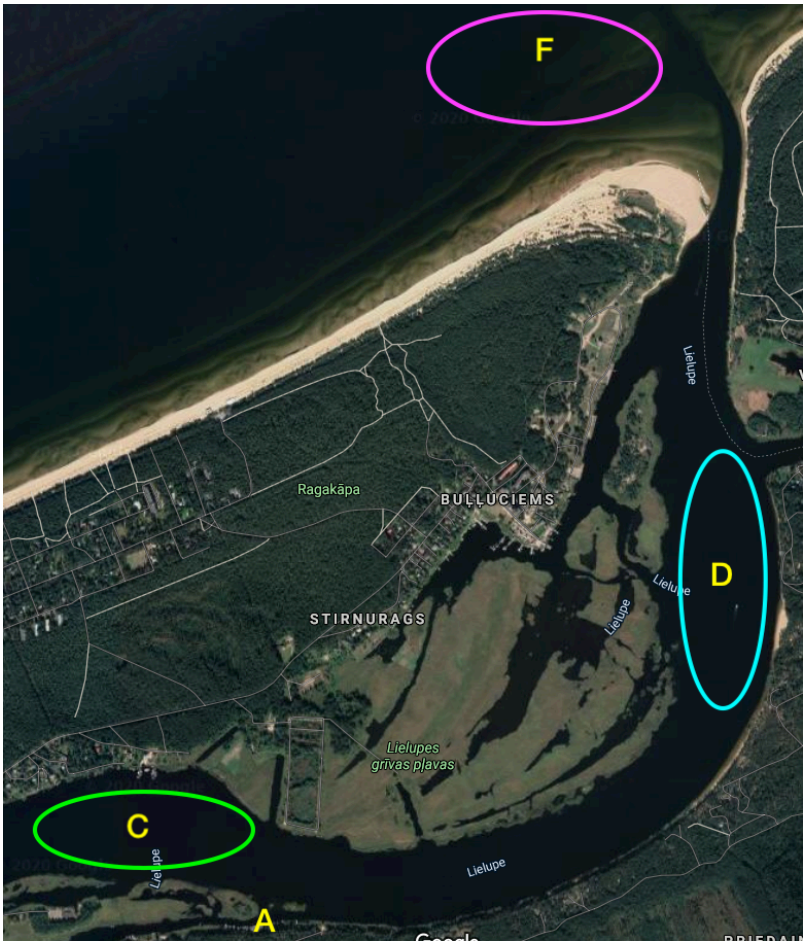
Treniņu akvatorija Lielupē, Priedainē



Treniņu akvatorija Lielupē pie Baltās kāpas



Treniņu akvatorija jūras līcī



Treniņos izmantojamo akvatoriju izvietojums kartē

4.2 Laika apstākļi

Lai varētu nodrošināt audzēkņu drošību, lēmumu par nodarbību saturu un akvatoriju treneris pieņem atkarībā no konkrētās dienas laika apstākļiem. Mērķis ir nodrošinot dalībnieku

drošību, ļaujot dalībniekiem pakāpeniski paplašināt savu pieredzi kontrolēti un prasmīgi rīkoties arvien smagākos dabas apstākļos un adekvāti novērtēt savas iespējas.

4.2.1 Tādējādi, treneriem ir jāņem vērā sekojoši faktori: Vēja stiprums

Nodarbības saturam un burāšanas vietai jābūt atbilstošiem burātāju spējām, konkrētajos vēja apstākļos

4.2.2 Stiprs vējš (Virs 10m/s)

Nav piemērots iesācējiem. Stirpra vēja apstākļos jāsamazina treniņu dalībnieku skaitu, lai nevienam audzēknim, kurš stiprā vēja dēļ nespēj tikt galā ar inventāru nevajadzētu gaidīt izvešanu ar laivu krastā ilgāk par 10 minūtēm.

4.2.3 Vēja virziens

Treniņi organizējami pie visiem vēja virzieniem. Organizējot treniņus īpaša uzmanība jāpievērš vēja virzienam, kas audzēkņus var ienest zālēs, sēklī, vai ar laivu grūti piekļūstamā vietā.

4.2.4 Viļņošanās

Viļņu situācija upes akvatorijas dažādās zonās – dalībnieki tiek papildus instruēti par viļņu zonām un to saikni ar vēja stiprumu un virzienu. Uzdevuma apsvērumos priekšroka tiek dota drošībai, izvēloties burāšanas zonas ar mazākiem viļņiem, neliedzot dažiem dalībniekiem pēc kārtas izmēģināt smagākas zonas trenera uzraudzībā.

4.2.5 Temperatūra

Ja patiesā gaisa temperatūra ir zem 14 C, tad nodarbību dalībniekiem būtu jāvelk siltais hidrotērps, biezie zābaciņi, cimdi un cepure.

4.2.6 Migla/ierobežota redzamība

Miglas/ierobežotas redzamības apstākļos, treniņš tiek atcelts.

4.2.7 Pērkons un zibens

Ja pēc laika prognozes pastāv negaisa iespējamība audzēkņi tiek instruēti par rīcību negaisa laikā. Negaisam tuvojoties trenerim jāpārtrauc nodarbība uz ūdens un nepieciešamības gadījumā jāpalīdz visiem burātājiem tikt krastā. Ja strauji tuvojoša pērkona negaisa ietekmē ir strauji palielinājies vējš vai tā virziens, kā rezultātā audzēkņi paša spēkiem netiek krastā un treneris līdz negaisa atnākšanai nevar paspēt visus audzēkņus ar inventāru nogādāt klubā, tad audzēkņi ir jāizved tuvākajā krastā, bet inventārs jāizvelk drošā vietā krastā. Pēc pērkona negaisa trenera pienākums nogādāt bāzē inventāru.

4.3 Dalībnieku un treneru skaitliskā attiecība

Audzēkņu skaitu grupā uz ūdens nosaka pats treneris balstoties uz audzēkņu iemaņām, kā arī esošiem laika apstākļiem. Vēlams, lai audzēkņu attiecība pret vienu treneri nepārsniegtu zemāk norādītās proporcijas

- Iesācēju grupa - attiecība 7:1.
- Vidēju prasmju līmeņa grupa - attiecība ir 12:1;
- Sporta grupa - attiecība līdz 16:1. Attiecības aprēķins paredz vismaz vienas kluba sagatavotas motorlaivas atrašanos uz ūdens.
- Trenerim var palīdzēt brīvprātīgais palīgs, vai kāds no vecākajiem audzēkņiem

5. DARBĪBAS PLĀNS ĀRKĀRTAS GADĪJUMOS

Treneris uz ūdens novērtē situācijas smagumu, nekavējoties sniedz iespējamo pirmo palīdzību un novieto cietušo iespējami drošākā stāvoklī (laivā, motorlaivā), dod rīkojumus pārējai grupai, pieņem lēmumu par evakuāciju krastā un medicīniskās neatliekamās palīdzības izsaukšanu, iesaista iespējamos palīgus, ja cietušais ir nepilngadīgais, tad informē cietušā vecākus.

Noticis nelaimes gadījums, cietušajam (-iem) ir nelielas traumas:

- Cietušo(s) jānogādā krastā, jāsniedz pirmā palīdzība un vajadzības gadījumā jāizsauc mediciniskā palīdzība.
- Pirmās palīdzības aptieciņa atrodās laivā un kluba telpās (skat. 3.10. punktu) marķētā vietā pie ieejas.
- Pirmo palīdzību sniedz ar grupu strādājošais treneris, kurš ir apguvis pirmās palīdzības sniegšanas pamatus.
- Kluba treneru telefonā ir visu audzēkņu vecāku kontaktinformācija, to izmanto cietušā vecāku un mediciniskās palīdzības dienesta informēšanai.
- Jebkādai glābšanas rīcībai ir prioritāte pār saziņu un reglamentētajām darbībām.

Kā rīkoties nopietna nelaimes gadījuma situācijā.

- Saglabāt mieru!
- cilvēks pazudis, ir pamatotas aizdomas, ka noslīcis – nekavējoša ziņošana 112;
- iespējams letāls negadījums, bezsamaņas stāvoklis, cilvēks ir sasniedzams – treneris pēc iespējas to ieceļ laivā, veic atdzīvināšanu. Ja iespējams norīko cilvēku, kas zvana 112, pats veicot atdzīvināšanu vai nogādā krastā. Atdzīvināšanu laivā veic ar nosacījumu, ka laika apstākļi to atļauj neapdraudot paša glābēja(u) dzīvību.
- cietušam ir nopietna trauma (lūzumi, asiņošana, sasitumi, šoks) – treneris paņem cietušo laivā, nogādā krastā, piesaista palīgus, lai izsauktu medicīnisko palīdzību, pats sniedz pirmo palīdzību.
- Paralēli: dot rīkojumus mācību grupai doties uz krastu, nozīmēt atbildību par to asistentam, vai vecākajam no audzēkņiem, savu iespēju robežās kontrolēt pārējo grupu.
- Persona, kas izsauc glābšanas dienestu vai ātro palīdzību, īsi apraksta negadījumu un cietušā stāvokli, precīzi paskaidro cietušā atrašanās vietu (piem., Jūrmala, Priedaine, Upmalas iela 5)
- Informēšanas secība: 112, cietušā vecāki, kluba vadība.
- Ja ar grupu strādājošais vienīgais treneris ir pats nokļuvis negadījumā un ir bezpalīdzīgā stāvoklī, audzēkņiem ir jāprot izsaukt palīdzību, izmantojot mobilo telefonu 112, vai piesaistot tuvumā esošos pieaugušos. Informācija par šādu rīcību iekļauta kluba iekšējās kārtības noteikumos.
- Burāšanas kluba vadītājam ir jābūt informētam par visiem (arī sīkiem) starpgadījumiem vai nelaimes gadījumiem, un treneris, kas pieredzēja attiecīgo notikumu, tānī pašā dienā pieraksta kluba ārkārtas situāciju darbības žurnālā informāciju par negadījumu, vai par situāciju ar negadījuma augstu varbūtību. Šīs ziņas vēlāk tiek izpētītas un analizētas kopā ar kluba vadību ar mērķi novērst līdzīgu situāciju atkārtošanos.

Rīcība situācijā, ja pazudis cilvēks

- Informējiet VT un vienojieties par rīcības plānu. Tiklīdz praktiski iespējams, informējiet vecākus vai tuvāko radinieku un JBK vadītāju.
- VT ziņo [attiecīgajai iestādei], krasta apsardzes dienestam un policijai.
- Nosakiet kur un kad cilvēks pēdējo reizi tika redzēts. Noskaidrojiet, kas pazudušajam bija mugurā.
- Pierakstiet visu informāciju, kas var būt noderīga varas iestādēm.

5.1 Kontakti ārkārtas situācijās

Glābšanas dienests		**112**
Medicīniskā ātrā palīdzība		**113**
Valsts policija	Centrālais tālrunis	**110**
Jūrmalas Pašvaldības policija	Dubultu prosp.2, Jūrmalā,	67740448 – diennakts tālrunis 29444810 – mobilais tālrunis
Jūrmalas pludmales glābšanas dienesti	Bulduru glābšanas stacija Dzintaru glābšanas stacija Majoru glābšanas stacija Dubultu glābšanas stacija	+371 25448445 +371 25448445 +371 25448445 +371 25448445

5.2 Pirmās palīdzības komplekts (aptieciņa)

Atrodas:

- Zēnu ģērbtuves sienas skapī, otrajā plauktā no augšas
- Visās treneru laivās
- Aptieciņu var izmantot ar trenera atļauju vai bez tās rīcībai ārkārtas gadījumā, ja treneris nav klāt un nekavējoties nevar palīdzēt.
- Par aptieciņas satura izmantošanu ir jāinformē treneris un trenerim atbilstoši - bāzes atbildīgā persona.
- Par aptieciņas satura izmantošanu jāveic atzīme kluba žurnālā, norādot izmantošanas iemeslu un izmantoto aptieciņas saturu.
- Par aptieciņas saturu un tās atbisltību Ministru kabineta noteikumiem ir atbildīga bāzes atbildīgā persona

Pielikums Nr. 1

1. **IERAKSTS PAR IKGADĒJO INDIVIDUĀLO APMĀCĪBU / ATBILSTĪBU KVALIFIKĀCIJAS PRASĪBĀM**

Vārds, uzvārds ……

Uzdevums	**Apmācīja/ Pārbaudīja**	**Datums**	**Paraksts**
Praktiska ievadapmācība un drošības jautājumu instruktāža			
Pārbaudīta profesionālā kvalifikācija			
Pārbaudīta spēkā esoša un derīga laivas vadīšanas apliecība			
Pārbaudīta Pirmās palīdzīibas sniegšanas apliecības derīguma termiņš			
Apmācīts darbam ar kluba rīcībā esošajām motorlaivām, tai skaitā: atbilstšo degvielas izmantošanu, iepildīšanu un uzglābāšanu, obligāti nepieciešamā drošības inventāra izmantošanu un lietošanu			

Apstiprinu, ka esmu izlasījis(-usi) turpmāk uzskaitītos dokumentus un tos izpratis(-usi):

Kluba darbības kārtības noteikumus
Kluba iekšējās kārtības noteikumi
Riska novērtēšanas apmācība/veidlapa
Instrukcija rīcībai nelaimes gadījumā
Bērnu aizsardzības noteikumi

Piekrītu dokumentos minētajam un apņemos tos ievērot, kā arī atbilstoši esošai situācijai veikt visu nepieciešamo audzēkņu un kluba drošības nodrošināšanai.

Parakstīja …… Datums ……..

Pielikums Nr. 2

Prasības motorlaivu drošības aprīkojumam un tā sastāvs

Aprīkojums, kas atrodas laivā un ir droši nostiprināts

- Pirmās palīdzības komplekts, saskaņā ar MK noteikumiem
- Ūdensdrošs mobilais telefons vai mobilais telefons ievietos ūdensdrošā maciņā.
- Svilpe;
- Enkurs ar drošu noturības spēju
- Airi vai to alternatīva, kas var tikt lietota motora bojājuma gadījumā;
- Ūdens izsmeļamais trauks (manuālais/elektriskais tilpnes sūknis, ūdens smeļamais trauks vai spainis)
- **Droši nostiprināts rezerves drošības vads / motora izslēgšanas avārijas slēdzis (ķīlkords)**
- Velkamā tauva (šlepgals)
- Gaisa pumpis;
- papildus degviela;
- peldošs nazis.
- **Glābšanas veste (ieteicams pastāvīgi lietot)**

Pielikums Nr. 3

APSTIPRINĀTS

Jūrmala

_____ J. Ailis

Jauniešu Buŗāšanas kluba "Jūrmala"

valdes priekšsēdētājs

Datums_____

INSTRUKCIJA

RĪCĪBAI NELAIMES GADĪJUMĀ

1. VISPĀRĒJIE NOSACĪJUMI

1.1. Pirmās palīdzības instrukcija nosaka galvenos noteikumus kā rīkoties gadījumā, ja dalībnieks vai treneris, trenera asistents, brīvprātīgais (turpmāk tekstā darbinieks) cietis nelaimes gadījumā.

2. RĪCĪBA NELAIMES GADĪJUMĀ

2.1. Darbinieka pienākums, ja cilvēks cietis nelaimes gadījumā:

2.1.1. ātri novērtējiet, kādā stāvoklī atrodas cietušais, un sniedziet viņam pirmo palīdzību;

2.1.2. pārbaudiet, vai cietušajam, Jums pašam, vietai, kurā Jūs atrodaties, nedraud vēl kādas briesmas un izslēdziet motoru, elektrību vai citas iekārtas vai lietas, kas var apdraudēt dalībnieku vai darbinieku veselību vai dzīvību;

2.1.3. atkarība no situācijas izsauciet „Ātro palīdzību" pa telefonu **113 vai 112**;

2.1.4. „Ātro palīdzību" izsauciet ikreiz, kad Jums rodas pat mazākās aizdomas, ka cietušā stāvoklis ir smags un viņam nepieciešama ārsta palīdzība un sniedziet pirmo palīdzību (pēc ABC shēmas rīkoties tad, ja cietušais

ir bezsamaņā):

2.2. Darbinieka pienākums, ja cilvēks cietis ūdenī, ugunsgrēkā, guvis elektrotraumu vai jekādā citā veidā:

2.2.1. rīkoties ātri un droši, atbrīvot cilvēku no ūdens, uguns, citu priekšmetu vai strāvas iedarbības vai evakuēt cietušo no avārijas zonas un izsaucot glābšanas dienestu pa tel.: **112**;

2.2.2. novērtējiet, kādā stāvoklī atrodas cietušais, un sniedziet viņam pirmo palīdzību;

2.3. Darbiniekam aizliegts bez ziņošanas attiecīgiem dienestiem un pirmās palīdzības sniegšanas cietušajam;

3. PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANA

3.1. Darbinieka pienākums:

3.1.1. atdzīvināšanu uzsākt pirmo 3 minūšu laikā, lai izvairītos no neatgriezeniska galvas smadzeņu bojājuma;

3.1.2. ja cietušais ir bez samaņas vai smok, atbrīvot elpceļus (tie savieno muti un degunu ar plaušām);

3.1.3. atjaunot un nodrošināt elpošanu, veicot cietušā sirds masāžu attiecībā 2:15 (2 pūtieni cietušā mutē caur kabatas lakatiņu, 15 spiedieni sirds rajonā 2 pirkstus augstumā no ribu apakšmalas);

3.1.4. uzturēt cietušā asinsriti;

3.1.5. nekavējoties apturēt stipru asiņošanu;

3.1.6. pirms cietušo pārvietot vai evakuēt no avārijas rajona, lauztos kaulus padarīt nekustīgus.

3.1.7. ja cietušajam ir mugurkaula bojājums, cietušo kustināt nedrīkst;

3.1.8. cietušo mierināt un apkopt visus citus ievainojumus;

3.2. ABC - shēma viskritiskāko stāvokļu novērtēšanai, dzīvības saglabāšanai un uzturēšanai. Pēc ABC shēmas jāsāk rīkoties tad, ja cietušais ir bezsamaņā.

3.2.1. *A* - ELPCEĻU atbrīvošana:

3.1.1. pagriezt cietušo uz muguras,

3.1.2. pārbaudīt mutes dobumu un vajadzības gadījumā atbrīvot to no svešķermeņiem,

3.1.3. atliekt cietušā galvu un izvirzīt apakšžokli.

3.2.2. *B* - ELPINĀŠANAS uzsākšana (1.attēls):

3.2.1. aizspiest cietušā degunu,

3.2.2. dziļi ieelpot,

3.2.3. aptvert ar savu muti cietušā muti un izdarīt izelpu,

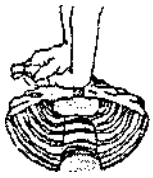
3.2.4. ja nevar izdarīt elpināšanu mute- mutē, tad elpināt mute- degunā

1.attēls

3.2.3. *C* - SIRDSDARBĪBAS atjaunošana (ja pulss nav sataustāms) (2.attēls):

3.3.1. uzsākt sirds masāžu, ritmiski saspiežot un atslābinot krūškurvi,

3.3.2. darīt to pārmaiņus ar elpināšanu (elpināšana attiecībā pret masāžu 2:15).



2. attēls

3.3. Ja izdara elpināšanu un sirds masāžu 2 palīdzības sniedzēji, tad elpināšanas un masāžas ciklu attiecība 1:5. Atdzīvināšanu izbeidz, ja:

3.3.1. parādās pulss, elpošana;

3.3.2. ierodas palīgspēki (ātrā palīdzība) vai zūd palīdzības sniedzēja spēki.

4. PIRMĀ PALĪDZĪBA NEGADĪJUMOS

4.1. Elpošanas un sirdsdarbības atjaunošana, ja cilvēks nereaģē.

4.1.1. Ja cietušais neelpo, jāpārbauda pulss uz miega artērijas. Ja pulsa nav, nekavējoties sāciet elpināšanu un sirds masāžu, lai uzturētu cietušā dzīvību.

4.1.2. Elpceļu atbrīvošana. Vispirms izņemiet no cietušā mutes jebkuru priekšmetu, kas to aizsprosto, bet pēc tam atbrīvojiet elpceļus: ar vienas rokas vidējo pirkstu un rādītājpirkstu paceliet zodu, bet otru roku uzlieciet uz cietušā pieres un atlieciet galvu atpakaļ.

4.1.3. Elpināšana no mutes mutē. Cietušā galvai jābūt atliektai atpakaļ, zodam paceltam, mutei vaļā. Ar vienas rokas rādītājpirkstu un īkšķi aizspiediet cietušā nāsis (šāds stāvoklis jāsaglabā visu elpošanas laiku).

4.1.4. Dziļi ieelpojiet, plati atveriet cietušā muti un, izmantojot tīru marles gabaliņu, vai citu gaisu caurlaidošu materiālu, cieši ar lūpām aptveriet cietušā muti (ja iespējams, izmantojiet I. palīdzības aptieciņā esošo elpināšanas masku).

4.1.5. Spēcīgi un nepārtraukti izelpojiet cietušā mutē, kamēr redzat izplešamies cietušā krūškurvi (apmēram pēc 2 sekundēm).

4.1.6. Asinsrites pārbaude un sirds masāža. Vispirms pārbaudiet pulsu uz miega artērijas, kā tas parādīts attēlā (nekad netaustiet ar īkšķi, jo tas pats pulsē.) Ja pulsa šeit nav, sirds ir pārstājusi darboties, tad nekavējoties jāuzsāk sirds masāža.

4.1.7. Sirds masāža ir ritmiska spiediena radīšana uz krūšu apakšējo daļu. Uzspiežot krūšu kaulam, asinis no sirds tiek izspiestas ārā, bet spiešanu beidzot, sirds no jauna piepildās ar asinīm – rodas mākslīgā asinsrite.

4.1.8. Pirms sākt spiešanu, atrodiet vietu, kur krūšu kaula galā savienojas abi ribu loki (sk. attēlu). Plauksta pamatni uzlieciet virs pirkstiem – šī ir vieta, kur jāspiež.

4.1.9. Spiediet ar otras rokas palīdzību ar iztaisnotām rokām (aptuveni 4,5 cm dziļi). Spiediet 15 reizes pēc kārtas ar ātrumu ap 80 reizēm minūtē (var pie sevis skaitīt „viens-un-divi-un-"), pēc tam – 2 elpināšanas reizes. Ja asinsrite atjaunojas, āda kļūst sārtāka. Atkal pārbaudiet miega artērijas pulsu.

4.2. Brūces un asiņošana

4.2.1. Apskati brūci;

4.2.2. neizvelc no brūces svešķermeņus;

4.2.3. nepieskaries brūcei ar rokām, kā arī nepieskaries tai sterilā pārsēja virsai, kura tiks uzlikta uz brūces;

4.2.4. norautās ķermeņa daļas (ausi, pirkstu, kāju u.c.) pārklāj ar sterilu pārsēju un nogādā kopā ar cietušo uz mikroķirurģijas stacionāru.

4.3. Arteriālā asiņošana (koši sārtas asinis, kas šļācas ar strūklu):

4.3.1. apturi asiņošanu, piespiežot asiņojošo asinsvadu pie kaula augstāk par brūces vietu;

4.3.2. brūci pārklāj ar sterilu materiālu, uzliec spiedošu pārsēju, ja nepieciešams, uzlikt otru spiedošu pārsēju augstāk virs iepriekšējā;

4.3.3. spiedošo pārsēju var veidot arī no sterilas marles kompreses un cieta priekšmeta (koka gabala, sērkociņu kastītes u.c.).

4.4. Stipras asiņošanas gadījumos (asiņo liela diametra maģistrālie asinsvadi):

4.4.1. novietot cietušo guļus un piespiest asinsvadu pie kaula augšpus ievainojuma vietas (rokā – augšdelma artēriju, kājā – cirkšņa artēriju, citās vietās);

4.4.2. uzlikt uz brūces spiedošu pārsēju;

4.4.3. atbrīvot nospiesto asinsvadu un pārbaudīt pulsu (tam jābūt sataustāmam);

4.4.4. izsaukt ātro palīdzību.

4.5. Venozā asiņošana (tumši sarkanas asinis, kas izplūst no brūces lēni):

4.5.1. noguldīt cietušo;

4.5.2. pacelt cietušo ķermeņa daļu (ekstremitāti);

4.5.3. uzlikt sterilu saiti un spiedošu pārsēju;

4.5.4. izsaukt ātro palīdzību.

4.6. Kapilārā asiņošana, nobrāzumi (ievainotās virsmas asiņošana, kad asinis sūcas pilienu veidā):

4.6.1. noskalot brūci ar aukstu tekošu ūdeni;

4.6.2. ādu ap brūci rūpīgi nomazgāt ar ziepēm un ūdeni (mazgāšanai izmantot marli vai antiseptiskas salvetes, ņemot pēc katras kustības jaunus gabalus);

4.6.3. nosusināt ādu ap brūci un uzlikt pārsējus (mazai brūcei pietiek ar plāksteri, lielāku brūci pārsiet ar sterilu pārsiešanas paketi vai marli);

4.6.4. ievainotai ķermeņa daļai nodrošināt mieru.

4.7. Deguna asiņošana:

4.7.1. apsēdināt cietušo;

4.7.2. noliekt galvu nedaudz uz priekšu;

4.7.3. saspiest ar pirkstiem degunu (nedaudz zemāk par deguna sakni) un turēt 5...10 min.,

4.7.4. atlaist roku, procedūru atkārtot, ja asinis vēl tek;

4.7.5. izsaukt ātro palīdzību, ja asiņošana ir ilgstoša un stipra.

4.8. Galvas asiņošana:

4.8.1. uzlikt sterilu materiālu uz ievainojuma vietas;

4.8.2. viegli to piespiest un turēt tik ilgi, kamēr ierodas ātrā palīdzība;

4.8.3. izsaukt ātro palīdzību.

4.9. Asiņošana no auss:

4.9.1. novietot cietušo stāvoklī pusguļus;

4.9.2. noliekt galvu uz asiņojošās auss pusi;

4.9.3. pārklāt ar sterilu materiālu, viegli to nofiksēt,

4.9.4. izsaukt ātro palīdzību.

4.10. Asiņošana no mutes:

4.10.1. apsēdināt cietušo;

4.10.2. noliekt galvu nedaudz uz priekšu;

4.10.3. pielikt marles tamponu pie brūces mutē, kuru jātur piespiestu vismaz 10 min.;

4.10.4. izsaukt ātro palīdzību ilgstošas un stipras asiņošanas gadījumā.

4.11. Apdegumu un applaucējumu gadījumos:

4.11.1. samazināt karstuma ietekmi uz ādu un pasargāt apdegušo vietu no slimību izraisošiem mikrobiem.

4.12. Lūzumi, mežģījumi:

4.12.1. mazo kaulu lūzuma (slēgta vai vaļēja) vai mežģījuma gadījumā imobilizēt (fiksēt un padarīt nekustīgu) locekli, saglabājot lūzuma vai mežģījuma deformāciju;

4.12.2. ja cietušais jātransportē, tad piesaitē pie ķermeņa elkonī saliektu roku, bet traumēto kāju piesaitē visā garumā pie otras kājas vai dēļa;

4.12.3. vaļēja lūzuma gadījumā vispirms apturēt asiņošanu, uzlikt uz brūces sterilu pārsēju un tikai tad izdarīt imobilizāciju;

4.12.4. lielo kaulu (mugurkaula, augšstilba, iegurņa, augšdelma) lūzuma gadījumos nepārvietot un nekustināt cietušo, izsaukt ātro palīdzību;

4.12.5. nepieciešamības gadījumā sniegt pirmo palīdzību cietušajam.

4.13. Galvas traumas:

4.13.1. noguldīt cietušo;

4.13.2. pacelt ķermeņa augšdaļu;

4.13.3. pagriezt galvu uz sāniem;

4.13.4. veikt asiņošanas apturēšanu;

4.13.5. izsaukt ātro palīdzību.

4.14. Acu traumas:

4.14.1. novietot cietušo guļus uz muguras;

4.14.2. neļaut kustināt veselo aci;

4.14.3. uzlikt uz traumētās acs sterilu marli;

4.14.4. uzlikt pārsēju uz abām acīm;

4.14.5. izsaukt ātro palīdzību.

4.15. Bezsamaņas vai ģīboņa gadījumā:

4.15.1. noguldīt cietušo, paceļot kājas;

4.15.2. nodrošināt svaiga gaisa padevi telpā;

4.15.3. apsēdināt cietušo, kad tas nācis pie samaņas;

4.15.4. ja cietušais ilgi nenāk pie samaņas, izsaukt ātro palīdzību un nepieciešamības gadījumā sniegt pirmo palīdzību.

4.16. Pārkaršana:

4.16.1. novietot cietušo guļus vēsā vietā (vēdinātā telpā u.c.), paceļot galvu;

4.16.2. novilkt drēbes;

4.16.3. dzesēt galvu un krūtis, piem., ar mitru dvieli u.tml.;

4.16.4. dot dzert vēsus dzērienus;

4.16.5. izsaukt ātro palīdzību;

4.16.6. nepieciešamības gadījumā sniegt pirmo palīdzību cietušajam.

5. CIETUŠĀ TRANSPORTĒŠANA

5.1. Pārvietojot ievainoto, jāievēro šādi nosacījumi:

5.1.1. pirmām kārtam jārūpējas par cietušā drošību un labsajūtu;

5.1.2. nekādā gadījumā nepārvietojiet smagi ievainotu cilvēku, ja vien tas nav nepieciešams cietušā dzīvības glābšanai. Gaidiet, kamēr ierodas "Ātrā palīdzība" vai ārsts;

5.1.3. ja tomēr nākas cietušo pārvietot, pirms tam padariet nekustīgu locītavu virs un locītavu zem iespējamā lūzuma vai cita smaga ievainojuma vietas;

5.1.4. ja iespējams, izmantojiet standarta nestuves.

5.2. Ja cietušais viņa drošības labad jāpārvieto uz citu vietu, nostājieties viņam aiz muguras un vienu viņa roku (veselo roku) novietojiet šķērsām pāri krūškurvim, lēnām sāciet virzīties atpakaļ, velkot cietušo sev līdzi tā, lai viņa ķermenis nemainītu savu stāvokli. Ja jums ir palīgs, palūdziet viņam pieturēt cietušā galvu, lai tā visu laiku atrastos vienā līnijā ar kaklu un krūtīm.

5.3. Ja palīdzību sniedz divi cilvēki, izveidojiet ar rokā „krēsliņus": četrrocīgus, ja jānes cilvēks, kurš pats nespēj paiet, bet var pieturēties ar rokām; divrocīgus – ja cilvēks nevar pieturēties ar rokām (piemēram, guvis krūškurvja vai rokas ievainojumu);

5.4. Ja cietušais jāpārvieto pa šauru eju vai pa kāpnēm uz augšu vai uz leju, viņu var apsēdināt krēslā un divatā nest (lai būtu drošāk, var piesiet cietušo pie krēsla, ja viņam ir uzlikts rokas pārsējs);

5.5. Lai cietušais nestuvēs justos ērti un droši, viņu vislabāk ietīt segā;

5.6. Lai cietušo ieceltu nestuvēs, vajadzīgi vismaz četri cilvēki un vēl viens, kurš seko, lai visi darbotos reizē. Cietušā iecelšanai var izmantot sarullētu segu

6. PIRMĀS PALĪDZĪBAS APTIECIŅAS SATURS UN LIETOŠANAS PAMĀCĪBA

6.1. Pirmā palīdzības sniegšanas aptieciņai jābūt nokomplektētai ar attiecīgu aprīkojumu:

Nr.	Pirmās palīdzības komplekta priekšmetu, materiālu nosaukumi, izmēri, iepakojuma veids	Minimālais skaits
1.	Komplekta lietošanas pamācība valsts valodā	1
2.	Vienreizējās lietošanas cimdi iepakojumā	2
3.	Saspraužamās adatas	4
4.	Šķēres (10 – 14 cm) ar noapaļotiem galiem	1
5.	**Mākslīgās elpināšanas maska ar vienvirziena gaisa vārstuli iepakojumā**	**1**
6.	Trīsstūrveida pārsējs (96 x 96 x 136 cm) iepakojumā	2
7.	Leikoplasts (2 – 3 cm) spolē	1
8.	Brūču plāksteri (dažāda izmēru) sterilā iepakojumā	15
9.	Tīklveida pārsējs nr.3 (40 cm)	3
10.	Marles saites (4 x 0,1 m) sterilā iepakojumā	4
11.	Marles saites (4 x 0,05 m) sterilā iepakojumā	2
12.	Pārsienamās paketes sterilā iepakojumā (spiedošais pārsējs)	2

13.	Marles komplekts (600 x 800 mm) sterilā iepakojumā	1
14.	Marles komplekts (400 x 600 mm) sterilā iepakojumā	1
15.	Marles komprese (100 x 100 mm) sterilā iepakojumā	5
16.	Folijas sega (viena puse metalizēta, otra – spilgtā krāsā) iepakojumā	1

6.1.1. Šķēres – izmanto cietušā apģērbu pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa daļai – apdeguma vai asiņošanas brūcei, pārsienamā materiāla griešanai.

6.1.2. Tīklveida pārsēji – lieto, lai nostiprinātu pārsiešanas kompresi uz brūces: brūci pārklāj ar kompresi un uz bojātās ķermeņa daļas uzvelk tīklveida pārsēju, tā piespiežot kompresi brūcei. Šos pārsējus visērtāk lietot rokas, kājas vai galvas pārsiešanai.

6.1.3. Leikoplasts spolē – lieto pārsēja nostiprināšanai. Pārklāj brūci ar sterilu kompresi un piestiprini kompreses malas ādai ar leikoplastu. Līdzīgi var nostiprināt marles saites pārsēja galu. Uzmanību! Leikoplasts nepielīp mitrai (asiņainai) ādai vai pārsējiem. Leikoplastu drīkst piestiprināt tikai nebojātai ādai.

6.1.4. Saspraužamās adatas – lieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai.

6.1.5. Brūču plāksteri – lieto nelielu brūču pārsiešanai. Uz brūces drīkst uzlikt tikai plākstera spilventiņu, bet ne plākstera lipīgo daļu. Atceries! Glabājot leikoplasts ātri zaudē lipīgumu, tādēļ brūču plāksteri un leikoplasts aptieciņā regulāri jānomaina.

Trīsstūrveida pārsējs – lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai. Rokas fiksēšana – traumēto roku iekar vienā lakatiņā, kura stūri sasieti uz skausta; no otra lakatiņa izveido šallīti un piesien kaklā iekārto roku pie cietušā krūšukurvja.

Spiedoša pārsēja uzlikšana stipri asiņojošai brūcei – izveido no viena lakatiņa šallīti un savelc to virs materiāla rullīša (neatvērta pārsiešana pakete, marles saites rullītis, pilna cigarešu paciņa u.tml.), kas uzlikts uz brūces, tik spēcīgi, lai asiņošana apstātos. Pirms pārsēja uzlikšanas brūcei vēlams pārklāt pārsiešanas kompresi.

6.1.6. Marles saites – lieto brūču pārsiešanai. Šaurākās saites lieto plaukstas, apakšdelma, pēdas un apakšstilba pārsiešanai. Pārsienot lielāku brūci iepriekš pārsedz to ar pārsiešanas kompresi.

6.1.7. Spiedoša pārsiešana pakete – lieto spiedoša pārsēja uzlikšanai un lielu brūču pārsiešanai. Pakete sastāv no saites, kuras galā izveidota pārsiešanas komprese. Spiedoša pārsēja uzlikšana stipri asiņojošai brūcei – uzliec brūcei kompresi, nostiprini to ar vairākiem saites tinumiem, tad uzliec brūces vietā stigra materiāla rullīti (vislabāk – otru pārsiešanas paketi ar visu iesaiņojumu) un stingri piesaitē to brūcei. Brūces pārsiešana – uzliec brūcei kompresi un nostiprini to ar saites palīdzību.

6.1.8. Vienreizējas lietošanas cimdi – lieto, lai pasargātu sevi no inficēšanās ar AIDS un citām asins infekcijām. Uzliec cimdus, ja sniedz palīdzību asiņojošam cietušajam.

6.1.9. Pārsiešanas komprese – lieto lielu brūču pārklāšanai. Kompresi uz brūces var nostiprināt ar marles saiti, pielīmējot kompreses malas nebojātai, sausai ādai, piespraužot kompreses malas apģērbam.

6.1.10. Mākslīgās elpināšanas maska – elpināšanu veic “no mutes – mutē” caur maskas vārstuli. Vārstulim jābūt pret tavu muti un jālaiž cauri tavas izelpas gaiss (noteikti pārbaudi!).

6.2. Regulāri jāseko medikamentu derīguma termiņiem un jāveic veco medikamentu nomaiņa uz jaunajiem.

Pielikums Nr. 4

BĒRNU AIZSARDZĪBAS UN DROŠĪBAS POLITIKA

1. Vadlīnijas

JBK "Jūrmala" bērnu aizsardzības un drošības politikas pamatā ir Latvijas Republikas Bērnu tiesību aizsardzības likums, ANO Bērnu fonda UNICEF un 2015. gadā izdoto starptautisko drošības vadlīniju bērniem sportā noteiktie un paredzētie principi. Vadlīnijas palīdzēs nodrošināt to, ka klubu treneri un organizācijas drabojas saskaņā ar Bērnu tiesību aizsardzības likumu un veicina bērnu un jauniešu, tostarp mazaizsargāto, labklājību. Vadlīnijas sniedz norādījumus par to, kā aprakstītais ieviešams kluba darbībā un treniņu procesā.

1.1. Vadlīniju mērķis

Šo bērnu aizsardzības un drošības politikas vadlīniju mērķis ir nodrošināt drošu regulējumu klubu / jahtu klašu biedrībām, to darbiniekiem un treneriem, lai tie varētu nodrošināt aizsardzības pasākumu veikšanu saskarsmē ar saviem audzēkņiem un veicinātu jauno burātāju labklājību.

2. Kluba / klases biedrības atbildība

Tā kā JBK "Jūrmala" ir burāšanas aktivitāšu nodrošinātājs bērniem, tās pienākums ir nodrošināt uni ieviest efektīvu aizsardzības pasākumu politiku un kārtību, kā arī sekot līdzi tam, lai tās treneri / brīvprātīgie / darbinieki / vecāki šo politiku un kārtību ievērotu.

Ja bērns ir cietis vai pastāv risks, ka bērns cietīs no nopietna kaitējuma, jāveic darbības, lai šo bērnu pasargātu saskaņā ar šajā dokumentā aprakstīto ziņošanas kārtību.

Latvijas Zēģelēšanas savienībai jāieceļ atbildīgais par bērnu aizsardzību (NBAV), kurš uzņemas atbildību par visām ar bērnu tiesību aizsardzības pasākumiem saistītajām darbībām. Klubam jāuzņemas atbildību par sadarbību ar NBAV.

3. Darbinieku pieņemšana darbā

Jauniešu Burāšanas Klubs "Jūrmala" apzinās, aizsardzības pasākumu veikšana nenozīmē tikai bērnu pasargāšanu no tīša kaitējuma Tā attiecas uz burāšanas apmācību, Bērna tiesību aizsardzības mērķiem un Bērna tiesību aizsardzības principiem tostarp:

- burātāju veselību un drošību
- treneru un darbinieku uzvedību;
- burātāju ar medicīniskiem traucējumiem vajadzību apmierināšanu;
- pirmās palīdzības sniegšanu;
- higiēnas prasībām,
- atbilstošiem pasākumiem, lai nodrošinātu norises vietas drošību vietējā mērogā. Papildus tam JBK apzinās, ka aizsardzības pasākumi var iekļaut dažāda veida iespējamās problēmas, kā, piemēram:
    - iebiedēšanu, tostarp kiberterorizēšanu (izmantojot īsziņas, sociālo tīklu vietnēs un tamlīdzīgi) un uz aizspriedumiem balstītu iebiedēšanu;

- rasistiska un homofobiska rakstura vardarbību;
- ekstrēmistu rīcību;
- bērnu seksuālu izmantošanu;
- vielu neatļautu izmantošanu;
- konkrētam apvidum vai iedzīvotājiem raksturīgas problēmas, piemēram, grupējumu aktivitātes un jauniešu vardarbība,
- kā arī citas specifiskas problēmas, kas skar bērnus, tostarp vardarbība ģimenē

4. Pamatjēdzienu definīcijas

(ANO Bērnu fonda UNICEF un 2015. gadā izdotās starptautiskās drošības vadlīnijas bērniem sportā — „Rokasgrāmata organizācijām, kas darbojas sporta nozarē“).

Kāds var vardarbīgi izturēties pret bērnu tieši (nodarot bērnam kaitējumu) vai netieši (nenovēršot kaitējumu).

***Bērns** — jebkura persona, kas nav sasniegusi 18 gadu vecumu*

***Kaitējums** — negatīvas psiholoģiskas, fiziskas vai sociālas ietekmes rezultātā bērnam izraisītās sekas*

***Vardarbības veidi var būt šādi:Seksuāla vardarbība:** Iekļauj jebkāda veida seksuālas darbības, kurām bērns nav piekritis vai kurām bērns nevar dot piekrišanu. Tā iekļauj bērna piespiešanu vai uzspiešanu tam iesaistīties seksuāla rakstura darbībās. Šādas darbības var būt fizisks kontakts (piemēram, dzimumakts vai orālais sekss) vai darbības, kas nav tieši saistītas ar fizisku kontaktu (piemēram, dzimumaktu vai orālais seksu), kā, piemēram, bērna iesaistīšana seksuāla rakstura attēlu apskatē vai radīšanā, nepiedienīgas uzvedības izpaušanā sociālo mediju vidē (piemēram, sekstings), seksuāla rakstura darbību vērošanā vai bērnu pamudināšana rīkoties seksuāli nepiedienīgo veidos.*

***Fiziska vardarbība:** Faktisks vai potenciāls kaitējums bērnam, ko nodarījusi cita persona, pieaugušais vai bērns. Tas var iekļaut sišanu, kratīšanu, slīcināšanu un dedzināšanu. Fizisku kaitējumu iespējams izraisīt arī tad, ja bērns tiek iekļauts nepiemērotā apmācību programmā vai bērns tiek piespiests piedalīties programmā, kamēr bērnam ir kāda trauma.*

***Emocionāla vardarbība:** Pastāvīga slikta izturēšanās pret bērnu. Tas iekļauj bērna pazemošanu, kliegšanu uz bērnu vai draudu izteikšanu bērnam*

***Nolaidība:** Bērna fizisko un / vai psiholoģisko pamatvajadzību nenodrošināšana, kas visticamāk novedīs pie bērna veselīgas fiziskās, garīgās, morālās un emocionālās attīstības traucējumiem. Pie tās pieder arī bērna nepienācīga uzraudzīšana un nepietiekama pasargāšana no kaitējuma.*

Visi JBK darbinieki, treneri un brīvprātīgie zina, kā atbildēt bērnam vai jaunietim, kurš ziņo par vardarbību, un par kārtību, kādā pareizi tālāk ziņojams par iespējamu vardarbību vai kā pareizi tālāk atklājama informācija par vardarbību.

Visi JBK darbinieki, treneri, brīvprātīgie ir tikuši informēti par kluba atbildību attiecībā uz bērnu aizsardzības pasākumu veikšanas kārtību, un šāda informēšana panākta, publicējot Jauniešu Burāšanas Kluba "Jūrmala" bērnu aizsardzības un drošības politiku.

5.Darbinieku pieņemšana darbā

Pieņemot darbā jaunu darbinieku jāievēro droša darbā pieņemšanas kārtība. Jāpārliecinās, ka tiek ievērota:

- normatīvajos aktos noteiktā prasība pārbaudīt darbiniekus / trenerus, kuri strādā ar bērniem, atbilstoši normatīvajos aktos noteiktajām vadlīnijām saistībā ar Bērnu tiesību aizsardzības likuma 72. pants regulēto darbību tiem, kuri strādā ar bērniem., un
- nodrošina, ka brīvprātīgie darbinieki darbojas statūtos vai nolikumos noteiktās kompetences ietvaros.
- Brīvprātīgo, darbinieku un treneru darbā pieņemšanas procesa laikā tiks nodrošināts darba / amata apraksts, tiks ievāktas atsauksmes un pārbaudītas iegūtās kvalifikācijas.

Gadījumā, ja no amata tiek atstādināts darbinieks par kaitējuma nodarīšanu bērnam, vai pastāv risks, ka šis konkrētais darbinieks varētu nodarīt kaitējumu bērnam, vai arī šis konkrētais darbinieks būtu nodarījis kaitējumu bērnam, ja konkrētais darbinieks nebūtu ticis atlaists, tiks ziņots Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijai, LZS vai Policijai

Mūsu aizsardzības pasākumu politika un kārtība tiks pārskatīta un atjaunināta reizi gadā.

6. Norīkotā bērnu aizsardzības vadītāja (NBAV) atbildība

Saskaņā ar labas prakses vadlīnijām, kas noteiktas **starptautiskās drošības vadlīnijās bērniem sportā**, un atbilstoši vietējam regulējumam. LZS norīkotais bērnu aizsardzības vadītājs (NBAV) ir federācijas biedrs, un šim vadītājam ir pilnvaras, laiks, atbilstoša izglītība, resursi un atbalsts, lai efektīvi veiktu šos amata pienākumus.

LZS norīkotā bērnu aizsardzības vadītāja (NBAV) pienākumos ietilpst:

- Konsultēšana saistībā ar aizsardzības pasākumiem;
- Būt pieejamam uzklausīt treneru / bērnu / brīvprātīgo ziņojumus par pierādītu vardarbību vai par aizdomām attiecībā uz vardarbību.
- Sazināšanās ar Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekciju pa tālruni, lai izrunātu ar konkrēto bērnu saistītus jautājumus par šā bērna aizsardzību iespējamas vardarbības vai nolaidības gadījumā un par ko norīkotajam darbiniekam ir radušās aizdomas, gatavība sniegt informāciju par bērnu, kā arī apņemšanās sniegt konkrētajam bērnam padomu un atbalstu atbilstoši personas, kas pieņem zvanu, norādījumiem, kā aprakstīts iepriekš.
- Rakstveida ieraksta esamības uzrādīšana par jebkuru oficiālu ziņojumu, kas iesniegts Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijai vai policijā ar pasta vai e-pasta starpniecību.
- Ja nav panākta vienošanās par oficiālu ziņojumu, pārliecināšanās, ka bērnam var tikt nodrošināta cita veida palīdzība.
- Ja nav pamata nekavējoties nodot ziņojumu, nodrošināšana, ka tiek reģistrēti ieraksti par bažām par konkrēto bērnu.
- Nodrošināšana, ka visi šādi ieraksti tiek uzglabāti drošā veidā un kā konfidenciāla informācija un atrodas atsevišķi no citiem oficiālajiem kluba ierakstiem, izveidojot titullapu, kurā norādīti datumi un īsi ieraksti, lai uzrādītu hronoloģisku secību.

- Nodrošināšana, ka attiecīgajos reģistros tiek iekļauta norāde par turpmāku „ar bērna aizsardzību saistītu“ ierakstu reģistrēšanu;
- Kalpot par kontaktpunktu, lai treneri varētu izteikt savas bažas un sazināties ar citām aģentūrām un profesionāļiem.
- Vietēja un starptautiska mēroga bērnu aizsardzības jautājumu konferenču apmeklēšana.
- Nodrošināšana, ka visi darbinieki / treneri / brīvprātīgie / vecāki / burātāji ir informēti par šo politiku un zina, kā atpazīt bērnu tiesību pārkāpumus un ziņot par jebkādām bažām.
- Sadarbībā ar kluba vadītāju / klases biedrības prezidentu, ikgadēja audita veikšana, kurā norādītas jebkādas izmaiņas politikā un ieviestajā kārtībā; NBAV un visu pārējo darbinieku un treneru izietās apmācības, starpgadījumu / lietu numuri un veidi. Ja ar šāda pašnovērtējuma palīdzību tiek konstatētas jomas, kurās nepieciešami uzlabojumi, tas tiks aprakstīts rīcības plānā, ko parakstīs un pārraudzīs kluba vadītājs / klases biedrības prezidents, lai nodrošinātu to, ka šādi uzlabojumi tiek ieviesti.
- Nodrošināšana, ka NBAV ir pietiekamas zināšanas, kas ļauj NBAV pildīt savus amata pienākumus, tostarp atbilstošu LZS ieteiktu apmācību apmeklēšana.
- Ieteikumu un norāžu sniegšana darbiniekiem, treneriem, brīvprātīgajiem un vecākiem, kas apmeklē biedrības aizsardzības pasākumu apmācības un informētības nodarbības.

7. Reaģēšana uz izvirzītajiem apvainojumiem

Ja bērns vai darbinieks izvirza apvainojumu vai atklāj informāciju par vardarbību, ko veicis pieaugušais, cits bērns vai jaunietis, darbinieki:

- Saglabās mieru un uzmanīgi klausīsies;
- Nomierinās bērnu, ka viņš/-a ir rīkojies pareizi, ziņojot par vardarbību;
- Neveiks tālāku izmeklēšanu vai neuzdos papildu jautājumus;
- Informēs bērnu, ka viņam/-ai būs par to jāpaziņo arī NBAV;
- Neapsolīs dzirdēto paturēt noslēpumā;
- Informēs LZS NBAV cik ātri vien iespējams; un
- Sastādīs rakstveida ierakstu par apvainojumu, atklātu vardarbību vai starpgadījumu, un šāds ieraksts tiks parakstīts un tam tiks piešķirts atbilstošs datums saskaņā ar kluba aizsardzības pasākumu ierakstu reģistrēšanas kārtību.

7.1. Konfidencialitāte

- Mēs apzināmies, ka visi jautājumi, kas attiecas uz bērnu aizsardzību, ir konfidenciāla rakstura;
- NBAV izpaudīs indivīda personas informāciju pārējiem darbiniekiem tikai vajadzības gadījumā;

- Visiem darbiniekiem jābūt informētiem par to, ka viņu profesionālā atbildība ir dalīties informācijā ar citām aģentūrām, lai nodrošinātu bērnu drošību;
- Visiem darbiniekiem jābūt informētiem par to, ka viņi nedrīkst apsolīt bērnam turēt noslēpumā informāciju, kas varētu negatīvi ietekmēt bērna vai kāda cita drošību vai labsajūtu; un
- Mēs vienmēr izteiksim mūsu nodomu bērnu novirzīt tālāk uz attiecīgo [1]veselības vai sociālo dienestu ar konkrētā bērna vecāku / aprūpētāju piekrišanu, ja vien šāda darbība nepakļautu bērnu vēl lielākam kaitējuma riskam vai netraucētu kriminālizmeklēšanai. Visu starpgadījumu situācijās mēs konsultēsimies ar Sailing Latvia un / vai policiju.

7.2. Izvirzīto apvainojumu pret treneriem / darbiniekiem / brīvprātīgajiem pārvaldīšana

Mēs apzināmies par apvainojumu izvirzīšanas iespējamību pret treneriem, darbiniekiem vai brīvprātīgajiem, kas strādā ar vai var nonākt saskarē ar bērniem un jauniešiem, atrodoties mūsu klubā klases biedrības aktivitāšu laikā. Tos var izvirzīt bērni, jaunieši vai noraizējušies pieaugušie.

1. Ja tiek izvirzīts apvainojums, darbinieks, kurš uzklausa attiecīgo apvainojumu, nekavējoties informēs NBAV
2. NBAV meklēs atbalstu un norādes pie Sailing Latvia NBAV un policijas.
3. Ja izvirzītais apvainojums skar NBAV, personas, kura uzklausa attiecīgo apvainojumu, nekavējoties informēs visaugstākstāvošo darbinieku, kurš savukārt informēs Sailing Latvia NBAV un policiju;
4. Persona, kura sazināsies ar Sailing Latvia NBAV un policiju, apspriedīs izvirzītā apvainojuma detaļas, lai varētu veikt atbilstošu rīcību. Šādam nolūkam var tikt rīkota
5. sākotnējās izvērtēšanas tikšanās vai stratēģijas noteikšanas apspriede atkarībā no izvirzītajiem apvainojumiem.

8. Atbalsta personāls

Mēs apzināmies, ka darbiniekiem jābūt pieejai saņemt padomu par pieņemamas rīcības robežām. Zemāk norādītajos ieteikumos sniegtas norādes un apstākļi, no kuriem būtu jāizvairās, lai ierobežotu pret darbiniekiem izvirzīto apvainojumu par uzticības ļaunprātīgu izmantošanu un / vai apvainojumu sūdzību daudzumu.

- Informēs bērnu, ka viņam/-ai būs par to jāpaziņo arī NBAV;
- Nevajadzīga risku uzņemšanās
- Smēķēšana, alkohola vai neatļautu vielu lietošana
- Nevajadzīgu risku uzņemšanās.
- Nepiedienīgu attiecību veidošana ar bērniem un jauniešiem
- Nepiedienīgu solījumu izteikšana bērniem un jauniešiem

- Rīkošanās veidā, kas jebkādā veidā ir aizskarošs, tostarp, jebkāda veida seksuāla kontakta dibināšana ar bērnu vai jaunieti
- Izturēšanās veidā, kas var tikt uztverts kā apdraudošs vai uzbāzīgs
- Cilvēku vai jauniešu noniecināšana vai nicinoša izturēšanās pret viņiem.
- Sarkastisku neiejūtīgu, pazemojošu vai nepiedienīgu piezīmju izteikšana vai žestu rādīšana bērniem un jauniešiem
- Izvairīšanās no situācijām, divatā ar kādu citu personu un par kurām nav informēts neviens cits. (Ģērbtuves / braucieni ar automašīnu / privāta rakstura tikšanās ārpus treniņu vides).
- Atpazīt nepieņemamu uzvedību, izmantojot internetu, e-pastu, sociālo mediju platformas.
- Treneriem un burātājiem vēlams būt nodalītas ģērbtuves.
- Ir nepieņemami iesaistīties tiešsaistes drošības filtru pārkāpšanā, nepiedienīgu attēlu, kurās redzami bērni, nelikumīgā izmantošanā, lejupielādē vai radīšanā, kiberterorizēšanā vai iedraudzināšanā tiešsaistē, kā arī iedrošināt vai atļaut bērniem/jauniešiem veikt minētās darbības
- Nodrošināt, ka attēli ar bērniem, jauniešiem un ģimenēm tiek lietoti tikai pēc viņu piekrišanas iegūšanas rakstveidā un tikai tādam nolūkam, par ko ir dota piekrišana
- Mēs atbalstām šādus darbiniekus, sniedzot iespēju izteikt savas bažas NBAV
- . Pieļaušana, ka netiek ziņots par bažām vai apvainojumiem

8.1. Novēršanas pasākumi

Mēs apzināmies, ka kluba / klases biedrība mūsu burātājiem ir spējīga izveidot tādu vidi, kas var novērst viņiem nodarītu kaitējumu, nodrošinot viņiem efektīvus veidus, kā sazināties ar uzticamiem pieaugušajiem, saprotošiem draugiem un aizsardzības ētosu. Mūsu kluba / klases biedrības atbalstīs burātājus:

- Izveidojot un uzturot visiem saprotamu ētosu, kas ļauj bērniem justies droši un kas iedrošina viņus runāt, zinot, ka viņi tiks uzklausīti.
- Kluba / klases biedrībā radot gādīgu, drošu un pozitīvu vidi, nodrošinot to, ka visi bērni zina, ka ir pieejams pieaugušais, pie kura viņi var vērsties raižu vai sarežģījumu gadījumā.
- Aktivitāšu apmeklējuma laikā nodrošinot iespējas, kas iemāca bērniem tādas nepieciešamas prasmes, kas palīdz tiem pasargāt sevi no kaitējuma un zināt, pie kā viņi var vērsties pēc palīdzības.
- Veicinot pašnovērtējuma un noturības veidošanos ar burāšanas palīdzību.
- Sadarbojoties un strādājot kopā ar pārējiem atbalsta pakalpojumu sniedzējiem un aģentūrām, kuras nodarbojas ar bērnu drošības nodrošināšanu.
- Pieņemot to, ka bērni nāk no dažādām atšķirīgām kultūras vidēm, kluba / klases biedrība strādā pie tā, lai nodrošinātu to, ka mēs atbalstām dažādību reliģiskajos un ticības uzskatos, rasē, etniskajā piederībā, dzimumā un seksuālajā orientācijā.
- Mēs publicēsim mūsu bērnu aizsardzības un drošības politiku mūsu kluba / klases biedrības tīmekļa vietnē.

8.2. Apmācības

- Visiem darbiniekiem, treneriem un brīvprātīgajiem būs pieeja aizsardzības pasākumu apmācībām vismaz reizi divos gados. Tāpat mūsu ievadapmācību norises laikā mēs visiem jaunajiem darbiniekiem, treneriem un brīvprātīgajiem sniegsim informāciju saistībā ar mūsu bērnu aizsardzības un drošības politiku un jebkuru citu politiku un informāciju, kas saistīta ar aizsardzības pasākumiem un mūsu bērnu / jauniešu labklājības veicināšanu.
- Mūsu NBAV izies aizsardzības pasākumu apmācības papildus iekšējām apmācībām. Tas tiks organizēts vismaz reizi divos gados, un tas atjaunos viņu zināšanas un izpratni par drošības problēmu ietekmi plašākā kontekstā. Tāpat tas palīdzēs NBAV labāk pildīt savus pienākumus un palīdzēt kluba / klases biedrībai nodrošināt, ka mūsu aizsardzības pasākumi ir noturīgi un mūsu audzēkņiem palīdz sasniegt labākus rezultātus. Tas saskanēs ar Sailing Latvia rekomendētajām apmācību iespējām.

9. Politikas pārskatīšana

Vadības komanda ir atbildīga par šīs politikas ikgadējas pārskatīšanas nodrošināšanu un par citu politiku, kas attiecas uz drošību un bērnu aizsardzību, izveidošanu.

10. Atsauces

Aizsardzības sniegšanas norādījumi un kontaktinformācija

- ANO Bērnu fonds UNICEF un 2015. gadā izdotās starptautiskās drošības vadlīnijas bērniem sportā

Ar šo politiku saistītie normatīvie akti un norādījumi:

ANO Bērnu fonds UNICEF un 2015. gadā izdotās starptautiskās drošības vadlīnijas bērniem sportā.

Pielikums Nr. 5

Jauniešu Burāšanas kluba "Jūrmala" apmācību riska novērtējuma veidlapa

Konkrētā disciplīna: Burāšana

Datums: 01. 05. 2020

Aizpildīja: Ināra Aile **Nākamās atjaunināšanas datums 2021.01.05**

A Noteiktie apdraudējumi	B Apzinātie riski	C Pakļautās personas	**D** **Drošības vadība un ieviestie kontroles pasākumi**
Vispārīgi faktori kluba teritorijā un akvatorijā, citu personu darbība			
Laivu piestātnes apmeklētāju agresīva uzvedība	Audzēkņu un inventāra pakļautība sadursmēm, vardarbībai un konfliktiem	Visi dalībnieki	Trenera uzraudzība, brīdinājumi, policijas palīdzības izsaukšana.
Saskriešanās ar makšķernieku motorlaivu, auklām, vai citu peldlīdzekli	Dalībniekam ir šoks, konflikts, trauma, inventāra bojājumi	Visi dalībnieki	Dalībnieki instruēti ievērot distanci ar citiem peldlīdzekļiem un ievērot noteikumus. Trenerim ir jāsniedz dalībniekam palīdzība, jānoregulē konflikts.
Nelaimes gadījums klubā kurā cietis audzēknis vai treneris	Trauma	Treneri/dalībnieki / trešās personas	Dalībnieki ir saņēmuši instrukcijas; tiek uzturēta disciplīna treniņa laikā, nereglamentētas uzvedības noraidīšana/ treneris nodrošina uzraudzību.
Pārāk ilgas vai intensīvas praktiskās nodarbības	Grupas dalībnieki sāk nogurt	Dalībnieki	Treneris izvēlas grupas dalībnieku spējām piemērotu tempu un treniņa ilgumu

Traumatiskie un medicīniskie faktori			
Negadījumi saistība ar nemākulīgu inventāra pārvietošanu uz/no ūdens	Sasitumu traumas un inventāra bojājumi	Dalībnieki, iesācēji īpaši	Inventāra nešanas un tākelēšanas paņēmienu apgūšana atkarībā no vēja virziena un spēka. Trenera kontrole.
Akmeņi un zemūdens priekšmeti akvatorijas seklās vietās	Pēdu savainošana laižot laivas ūdenī vai velkot ārā	Dalībnieki, treneri	Ieteicams vienmēr valkāt ūdens apavus. Slipa zona zona tiek periodiski sakopta.
Inventāra izraisīti negadījumi uz ūdens	Galvas trauma no grotbomja, pirkstu traumēšana, nobrāzumi, deguna asiņošana	Dalībnieki	Dalībniekiem sniegta instruktāža par pareizu tehniku, lai izvairītos no grotbomja.Trenera pirmā palīdzība, pauze/atvēsināšana līdz sāpes pierimst.
Dalībniekam ir medicīniska rakstura problēma / nepieciešama medicīniskā palīdzība	Slimīga stāvokļa attīstība/ krīze /	Dalībnieki	Treneri ir informēti par dalībnieku veselības apdraudējumiem un individuāliem riskiem, novēro dalībnieku stāvokli pirms nodarbības, ja nepieciešams, konsultējās ar vecākiem par pielaidi treniņam. Treneri ir saņēmuši apmācību par pirmās palīdzības sniegšanu un viņu rīcībā ir pirmās palīdzības aptieciņas.
Noslīkšana	**Cilvēka nāve**	Visi dalībnieki	Pirms došanās ūdenī tiek noskaidrots, cik droši grupas dalībnieki jūtas ūdenī. Viņiem tiek nodrošināti peldēšanas palīglīdzekļi. Drošības laiva ir gatavībā ūdenī.

Ar burāšanu saistīti faktori			
Audzēkņu jahtu sadursme uz ūdens	Traumu iespēja/inventāra bojājumu iespēja	Dalībnieki/citi burātāji	Dalībnieki ir informēti par kustības uz ūdens pamata noteikumiem, tipveida situāciju risinājumiem un prasības par izvairīšanos no sadursmēm. Sadursmes gadījumus apspriež abas puses ar treneri, secinājumi par pieļautām kļūdām un vainīgo pusi.
Grupas dalībnieks pamet burāšanai atļautās zonas robežas	Pazudis grupas dalībnieks	Visi dalībnieki	Grupas dalībniekiem sniegta instruktāža par aizklīšanas riskiem un treneriem jābūt īpaši modriem.
Inventāra bojājums uz ūdens: buras saplīšana, špīrītes nokrišana, stūres pagarinātāja saplīšana.	Inventārs nav burājams/nepieciešama tehniska palīdzība vai evakuācija uz krastu	Dalībnieki	Dalībnieki ir informēti par inventāra tehniskās drošības riskiem, pārbauda inventāru tākelēšanās laikā, kas notiek trenera uzraudzībā. Inventārs klubā tiek regulāri pārbaudīts, elementi ar bojājumiem un pārlieku nodilumu tiek izņemti remontam vai aizvietoti ar jauniem. Dalībnieki seko noteikumam pirmkārt nezaudēt inventāru un saukt pēc palīdzības, vai brīdināt treneri un ja ir iespējams, patstāvīgi doties uz jahtklubu
Jahtu, stūri vai švertu aizpūš, dalībnieks nav spējīgs to panākt peldus	Dalībnieka pārgurums, baiļu šoks, slīkšana	Dalībnieki	Dalībnieki tiek sagatavoti psiholoģiski, izprot situāciju, uzvilkta augumam atbilstoša un pareizi savilkta veste. Treneris kontrolē notiekošo akvatorijā un sniedz adekvātu palīdzību.

Jahtas korpusa bojājumi	Jahtā ieplūs ūdens/tālākā lietošana nav ieteicama	Dalībnieki	Dalībniekiem tiek izskaidrota jahtu konstrukcija un prasības izvairīties no korpusa sitieniem pret akmeņiem un citiem cietiem šķēršļiem, kā arī no saskriešanās savā starpā. Par inventāra bojājumiem ir jāziņo trenerim, kas operatīvi veic/organizē remontu.
Jahtas apgāšanās	Dalībnieks nespēj pats uzcelt laivu	Dalībnieki	Dalībniekiem iemāca jahtas uzcelšanas paņēmienus. Ja audzēknis ir saguris, treneris palīdz tam, ļauj atpūsties, un izlemj par treniņa turpinājumu.
Vides faktori			
Negaiss ar zibeņiem un pērkonu	Traumas/nāve no zibens spēriena	Treneri, dalībnieki	Dalībniekiem ir izskaidrots zibens trāpīšanas uz ūdens sevišķais risks. Tuvojoties zibeņu negaisam treneris izved grupu no akvatorijas krastā. Neviens nedrīkst palikt uz ūdens, sevišķi – ar paceltu buru.
Niedru un ūdenszāļu laukumi	Nespēja atgriezties, iebraucot zālēs un niedrēs, pazušana no trenera redzes lauka	Dalībnieki/iesācēji	Dalībniekiem tiek izskaidrotas burāšanas zonas, izbraukšanas tehnika no zāļu vietām, saziņas zīmes kontroles zaudēšanas gadījumos. Izvešana ar motorlaivu.
Aukstums / slikti laika apstākļi	Ķermeņa atdzišana (hipotermija)	Visi dalībnieki	Atbildīgais treneris kontrolē, lai grupas dalībniekiem būtu uzvilkts piemērots aizsargapģērbs, seko viņu stāvoklim un pieņem lēmumu par nodarbības saīsināšanu visiem, vai

			konkrēti pārsalušiem dalībniekiem.
Stiprs vējš, viļņošanās	Aiznešana prom no burāšanas zonas, kontroles zudums, nespēks	Daži dalībnieki	Treneris ir iepazīstinājis ar dienas laika apstākļu iespējamām sekām, dalībnieki tās izprot. Optimāla burāšanas zonas ierādīšana, trenera uzraudzība uzmundrinājumi, iespēja pabeigt treniņu agrāk.
Bioloģiski draudi (aļģes, kukaiņu kodumi, dzīvnieki)	Saindēšanās vai alerģiska reakcija, kas rada veselību apdraudošu situāciju	Treneri un dalībnieki	Treneri ir informēti par bīstamo bioloģiska apdraudējuma faktoriem to iedarbības iespējām, brīdina dalībniekus un to vecākus pievērst uzmanību iespējamiem simptomiem, aizsargāties (piem. valkāt tikai garos hidrotērpus, u.c).