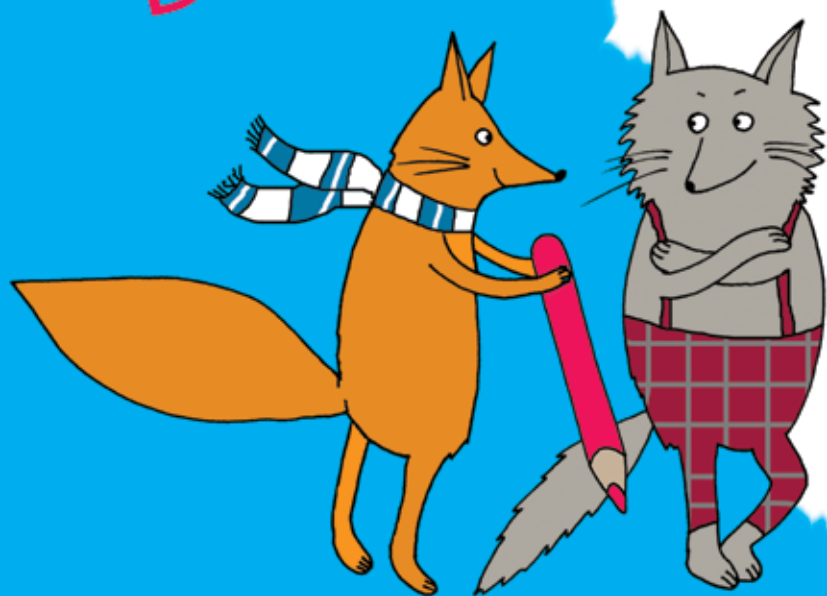


DZĪVO DROŠĀK!



LASI, KRĀSO, IEGAUMĒ!

*Vilks Apdomīgais un
Lapsa Ašā
aicina*

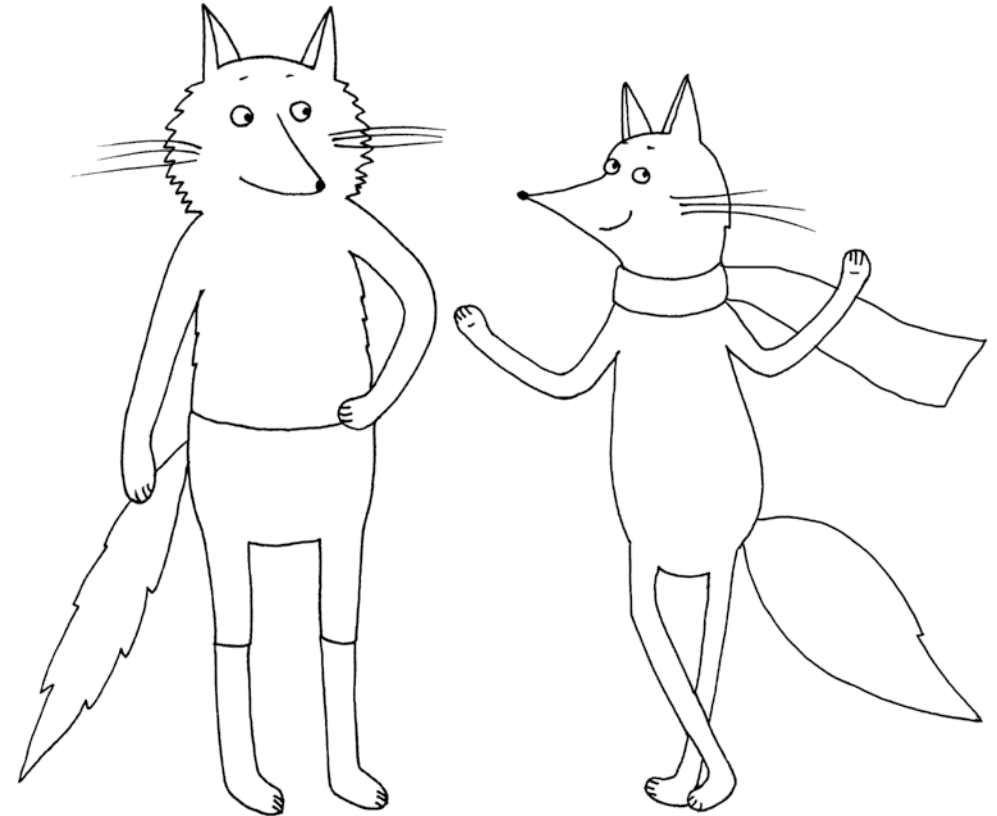
Vilks Apdomīgais

Lapsa Āšā

Šī grāmatiņa pieder:

.....

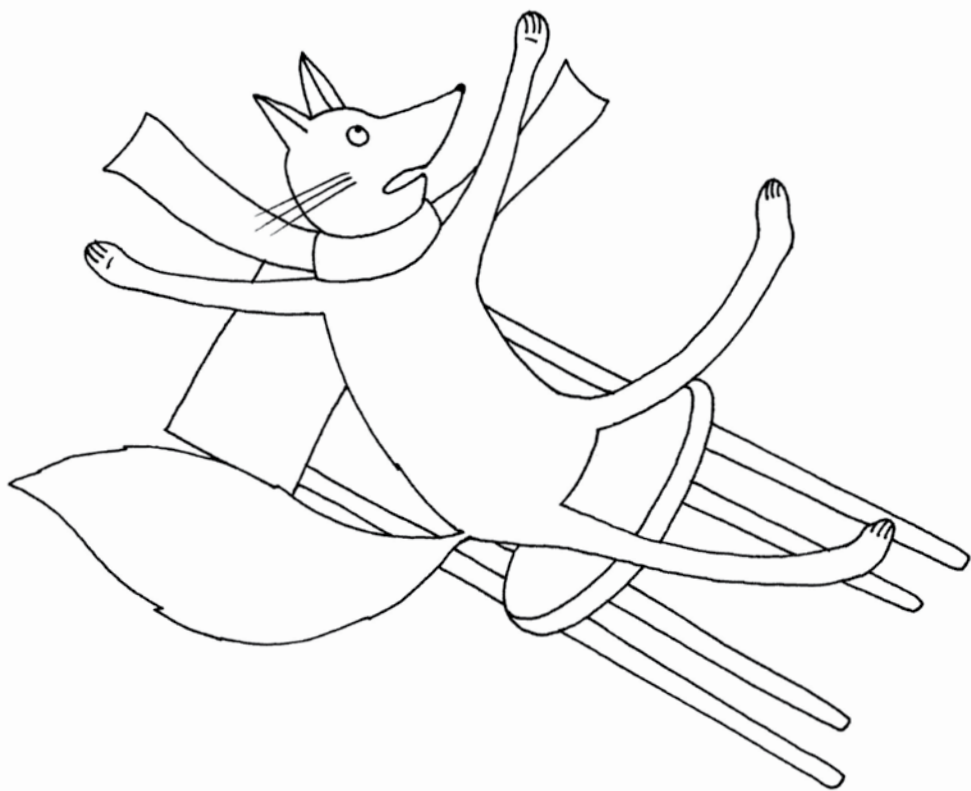
.....



Mīlais draugs, šī grāmata
tieši Tev ir domāta.
Mācīs tā, kā vari Tu
darīt dzīvi drošāku.

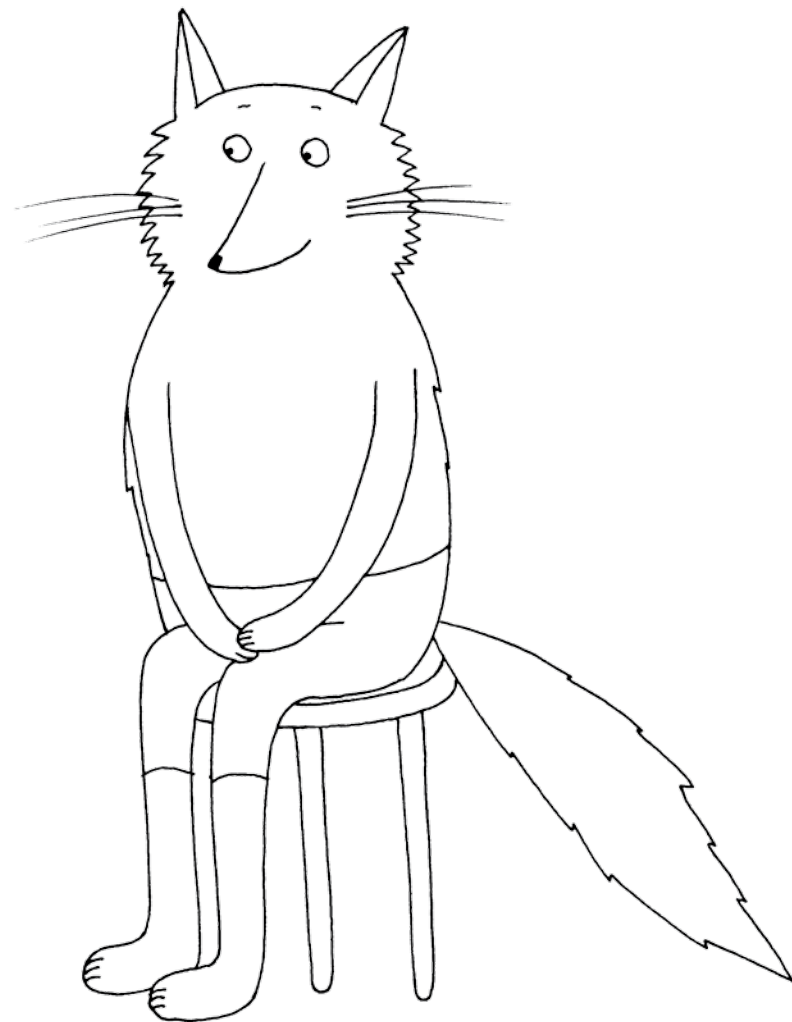
Un, lai vieglāk saprast vari,
šeit ir jaukas bildes arī.
Lasi, krāso, esi vērīgs –
katrā lapā padoms derīgs.

Nedroši!

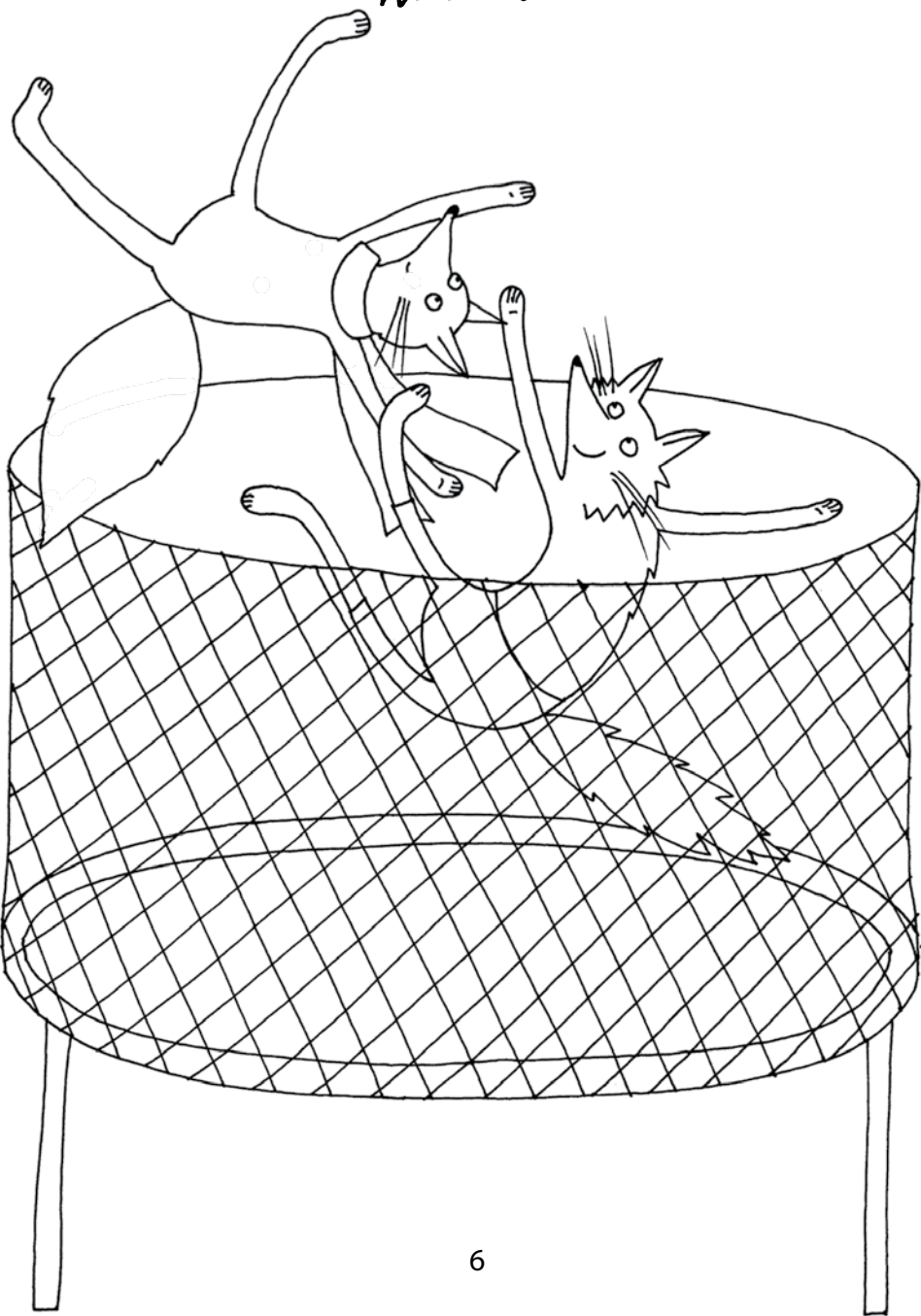


Kad uz krēsla apsēdies,
nešūpojies, nedīdies!
Citādi pēc mirkļa Tu
būsi zemē augšpēdu!

Droši!



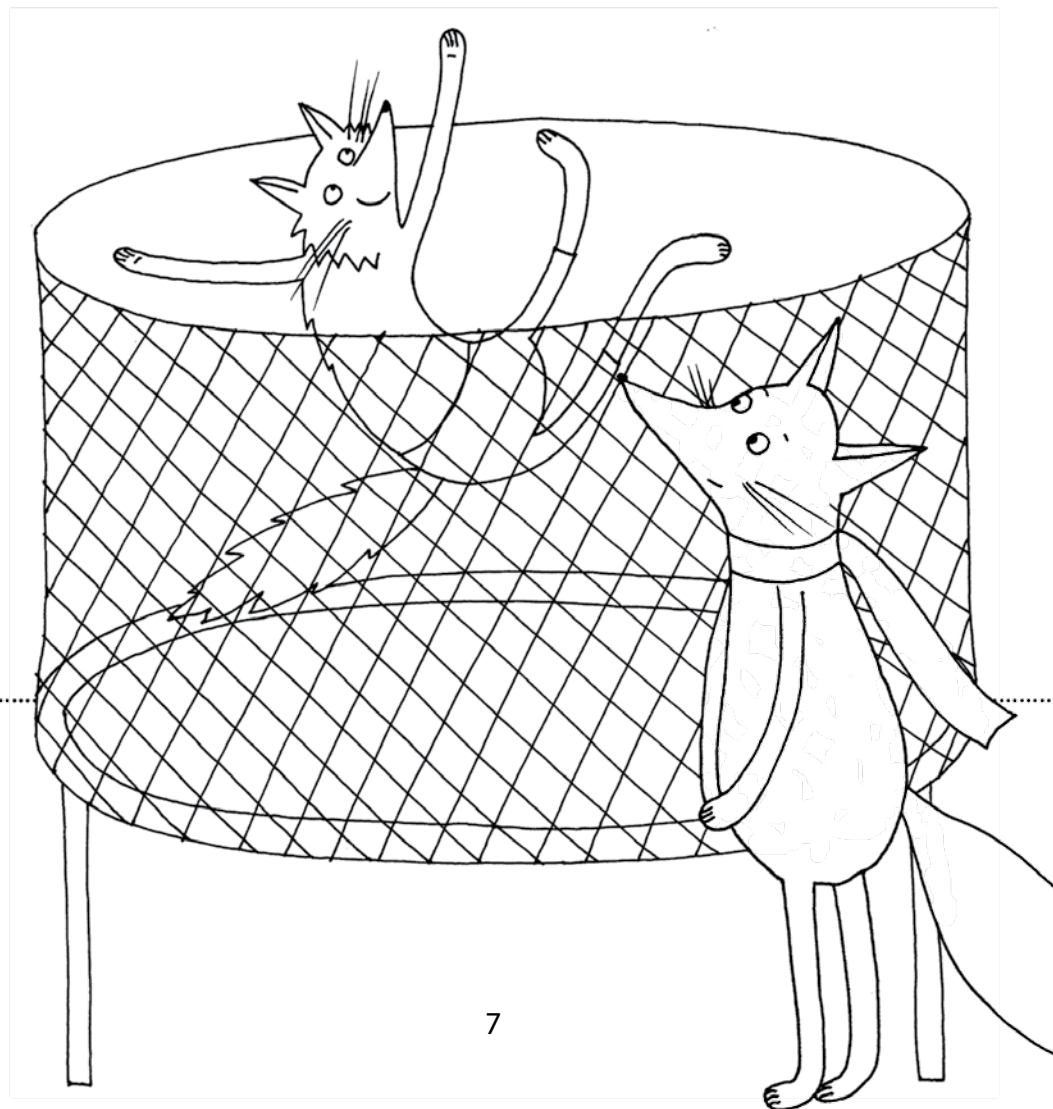
Nedroši!



6

Droši!

Kad uz batuta Tu tiec,
skaties, lai ir apkārt siets!
Tikai vienam lēkāt ļauts,
un pat divi būs par daudz.

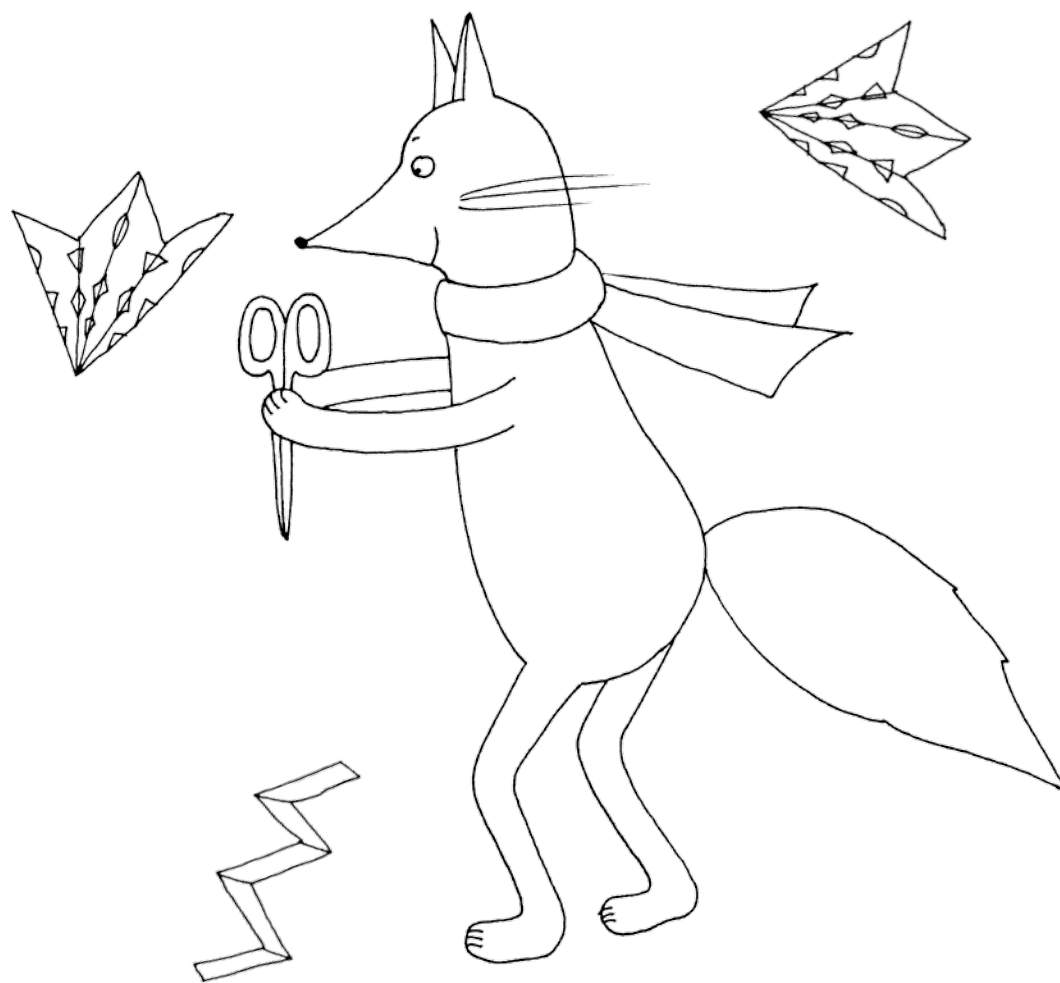


7

Nedroši!

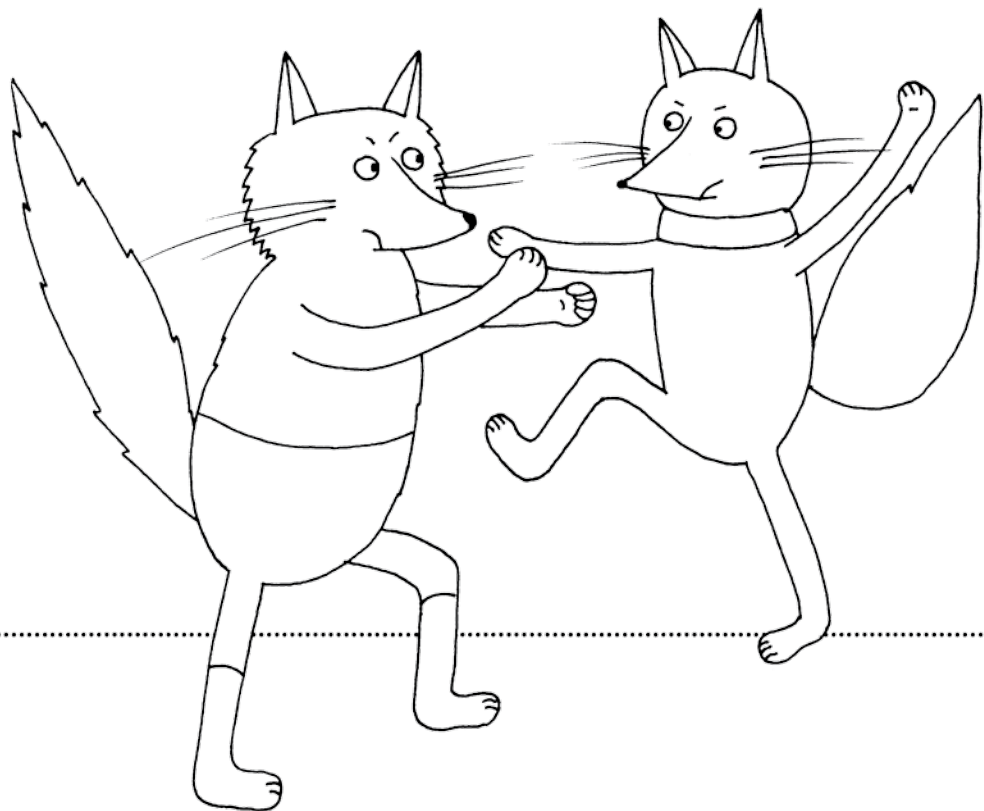


Droši!

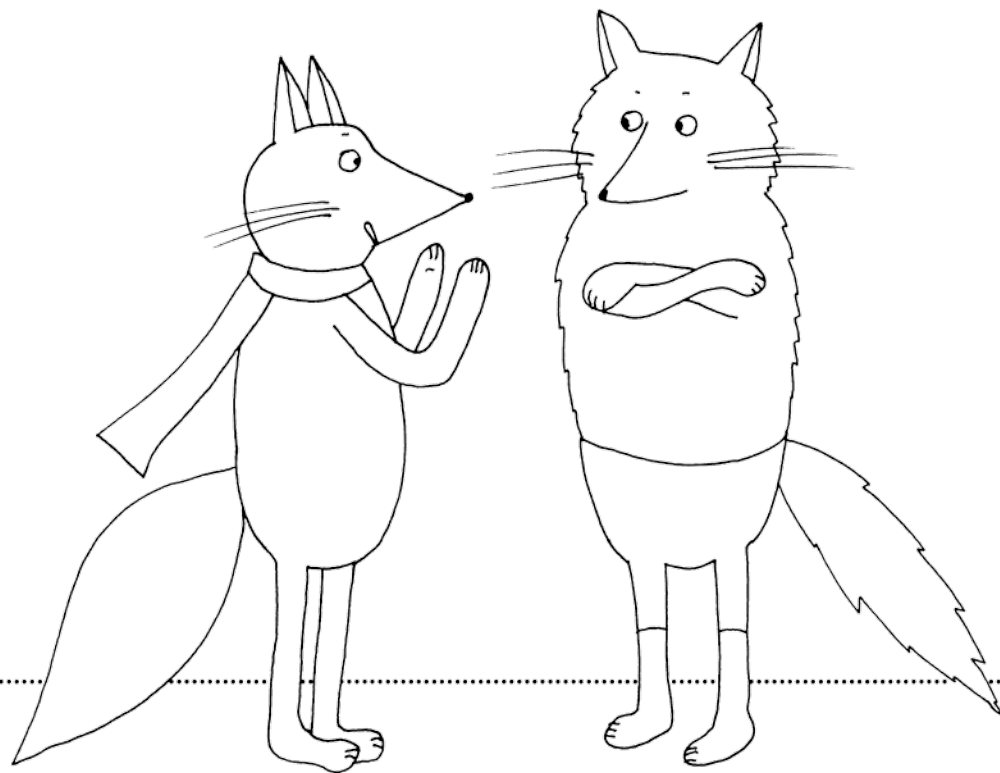


Ja ar šķērēm darbojies,
no asiem galiem uzmanies!
Bet, ja šķēres rokā nes,
asos galus lejup vērs.

Nedroši!



Droši!

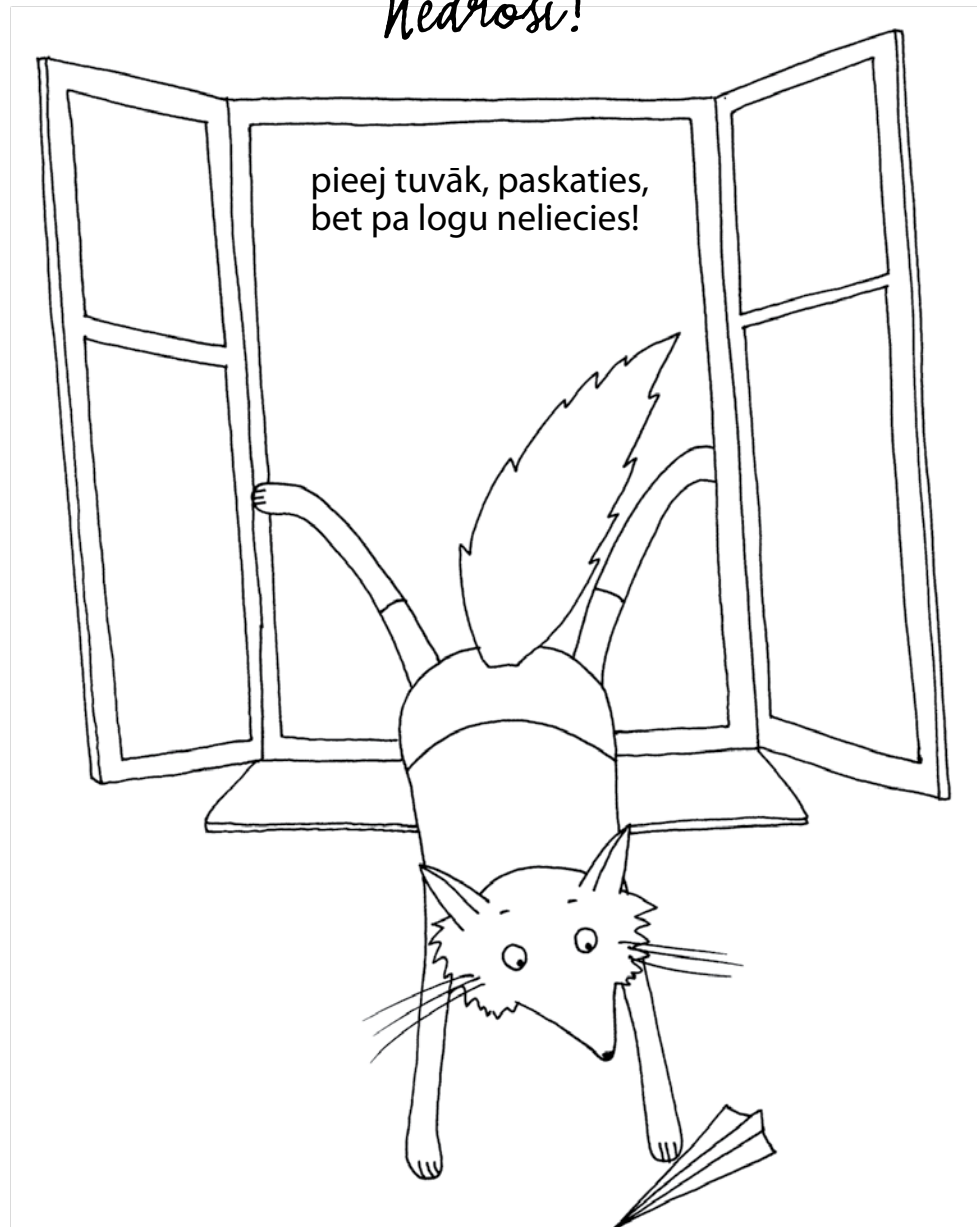


Ja sadusmojis Tevi kāds,
uzreiz tad kauties neuzsāc.
Vislabāk strīdu risināt
ir mierīgi to izrunāt.

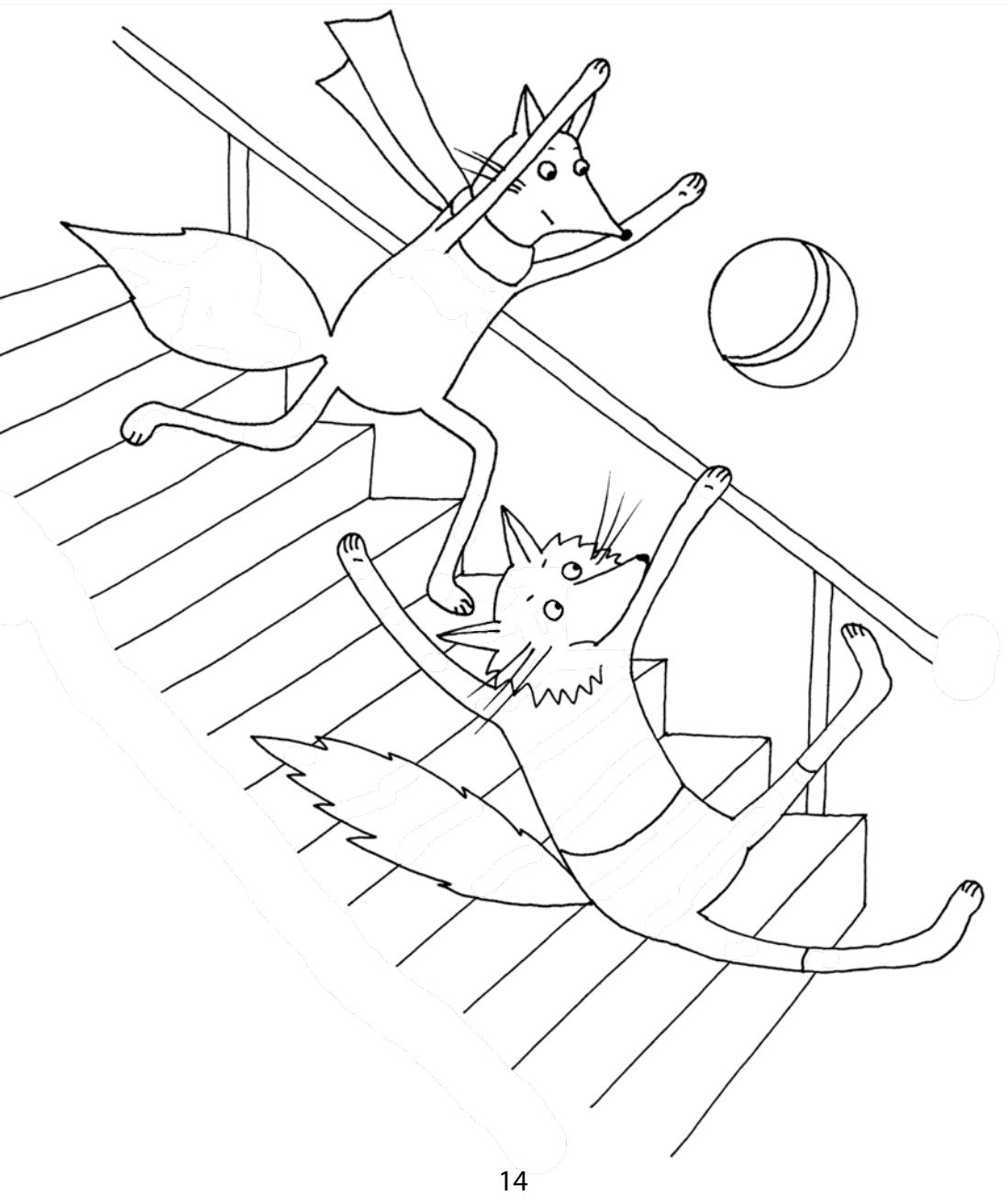
Droši!



Nedroši!



Nedroši!



14

Droši!



Ja pa kāpnēm skrien un lēkā,
stumdies, grūsties, cik tik pēka,
tad var nākties Tev uz māju
iet ar ieģipsētu kāju.

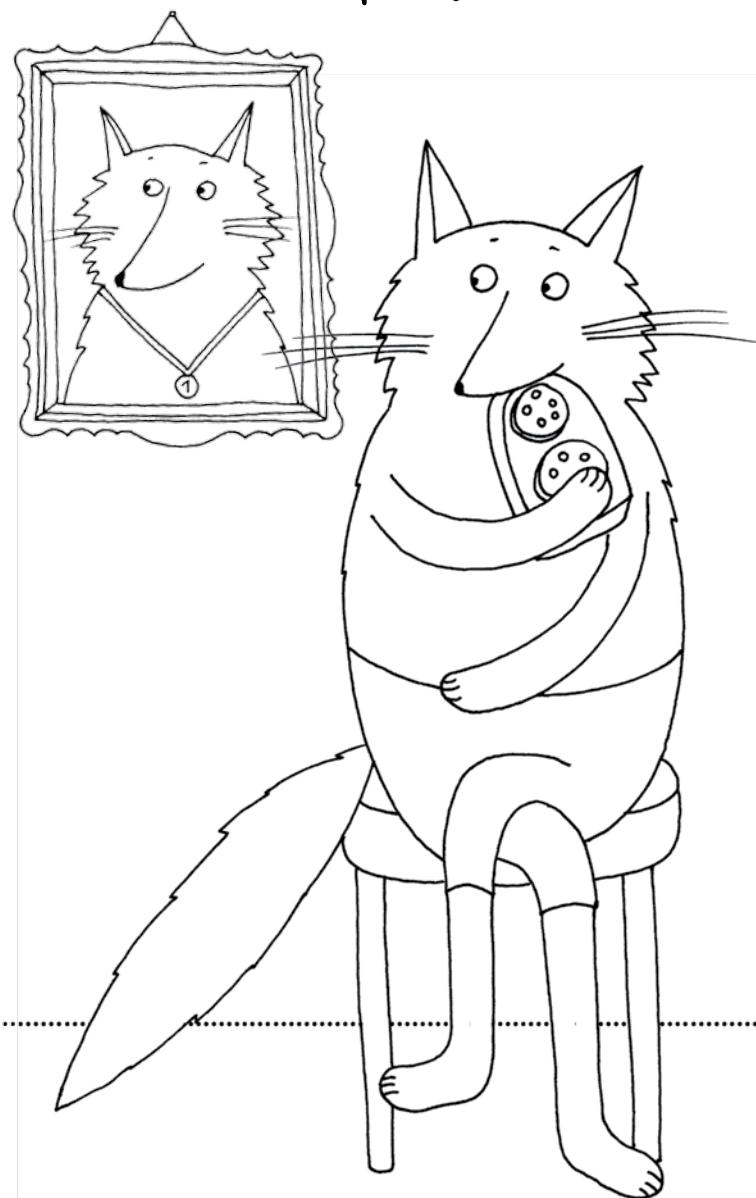
15

Nedroši!

Ja Tev ēdot patīk skraidīt,
neko labu nevar gaidīt:
aizrīties var itin ātri,
labāk ēdot piestāt rātņi.



Droši!

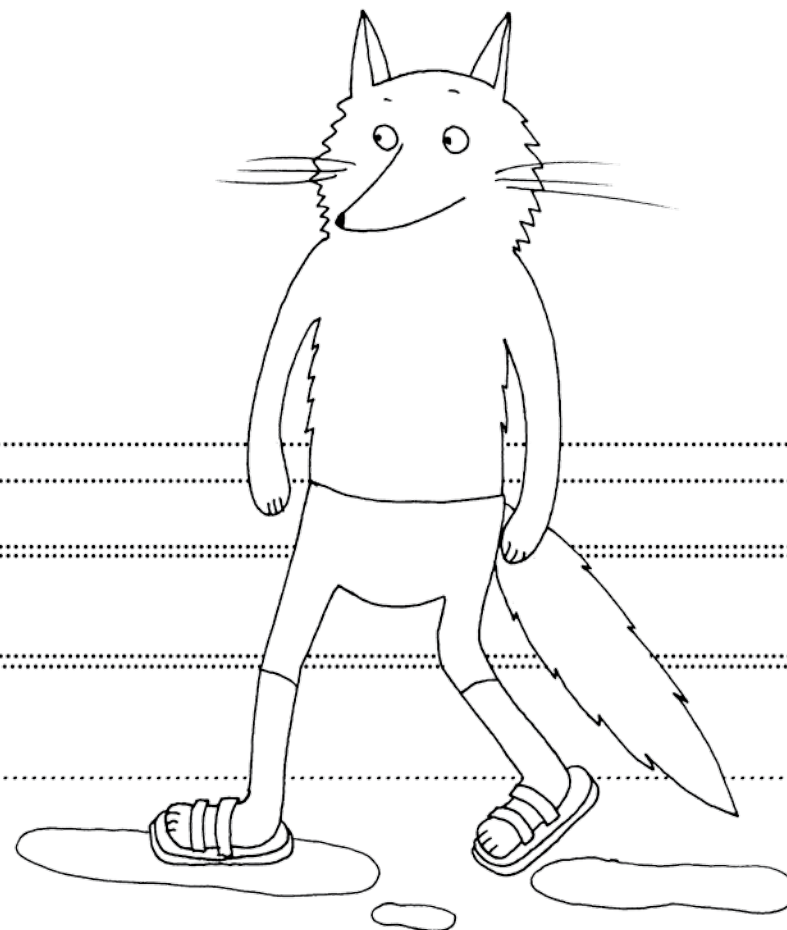


Nedroši!

Ja Tu redzi slapju grīdu,
uzmanies, ka nepaslīdi.
Atceries, ka baseinā
čibiņas ir jāvalkā.



Droši!



Nedroši!

Ja pie ūdens atrodies,
divas lietas atceries:
svešās vietās nepeldies,
uz galvas iekšā nemeties!



Droši!

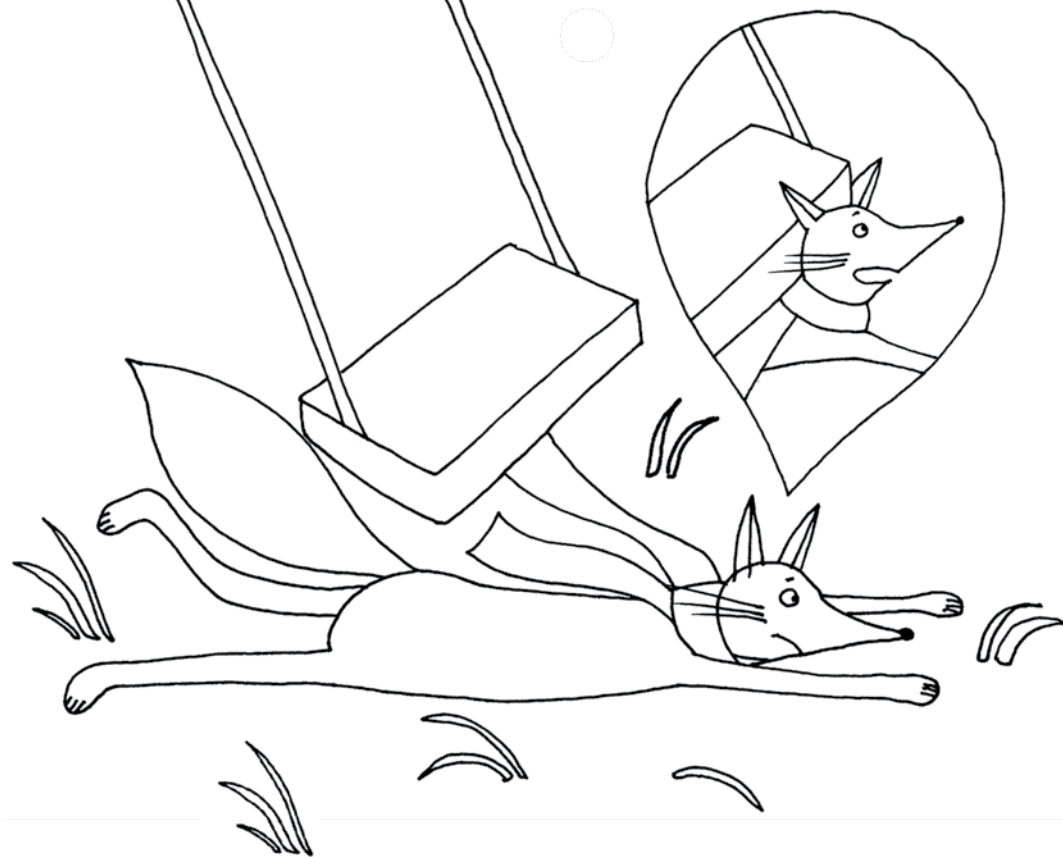


Droši!



Kad Tavi draugi šūpojas,
pa gabalu tad lūkojies!

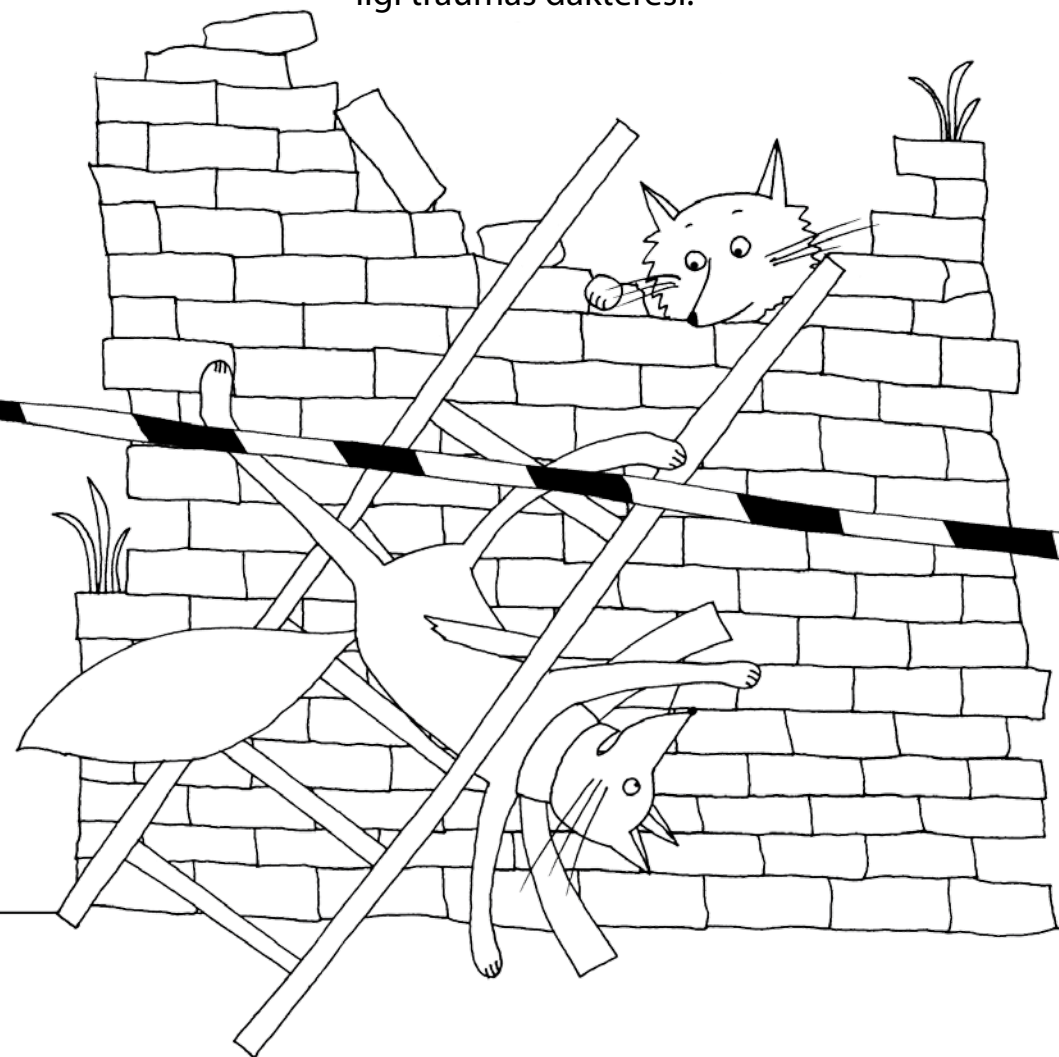
Nedroši!



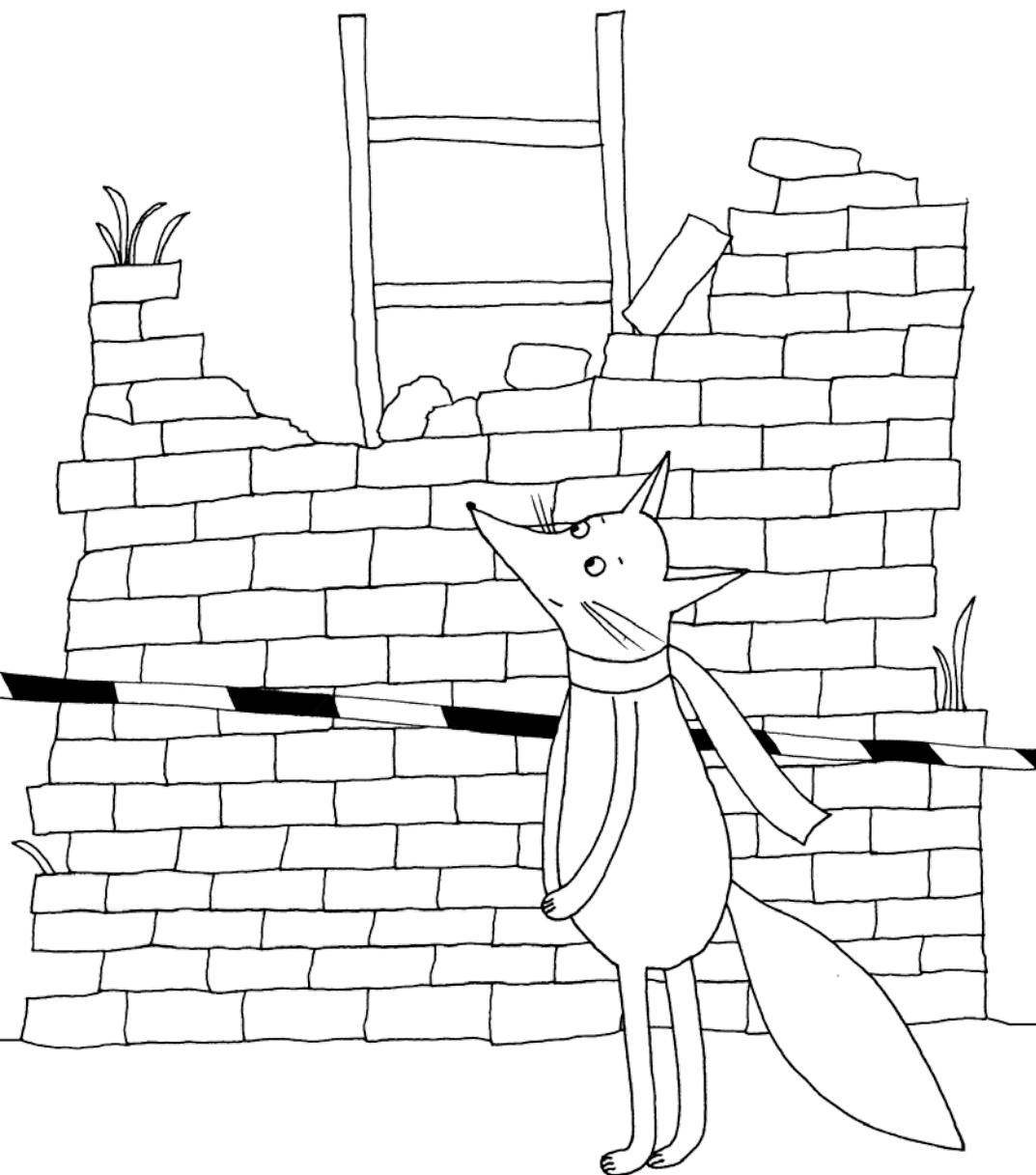
Bet, ja, šūpojoties pats,
Pēkšņi krīti – bums, bladāc! –
nogaidi un necelies,
šūpoles līdz apstāsies.

Nedroši!

Jaunbūvēs un vecās ēkās
nesteidz slēpties, līst un lēkāt.
Kāpelējot paslīdēsi –
ilgi traumas dakterēsi.



Droši!

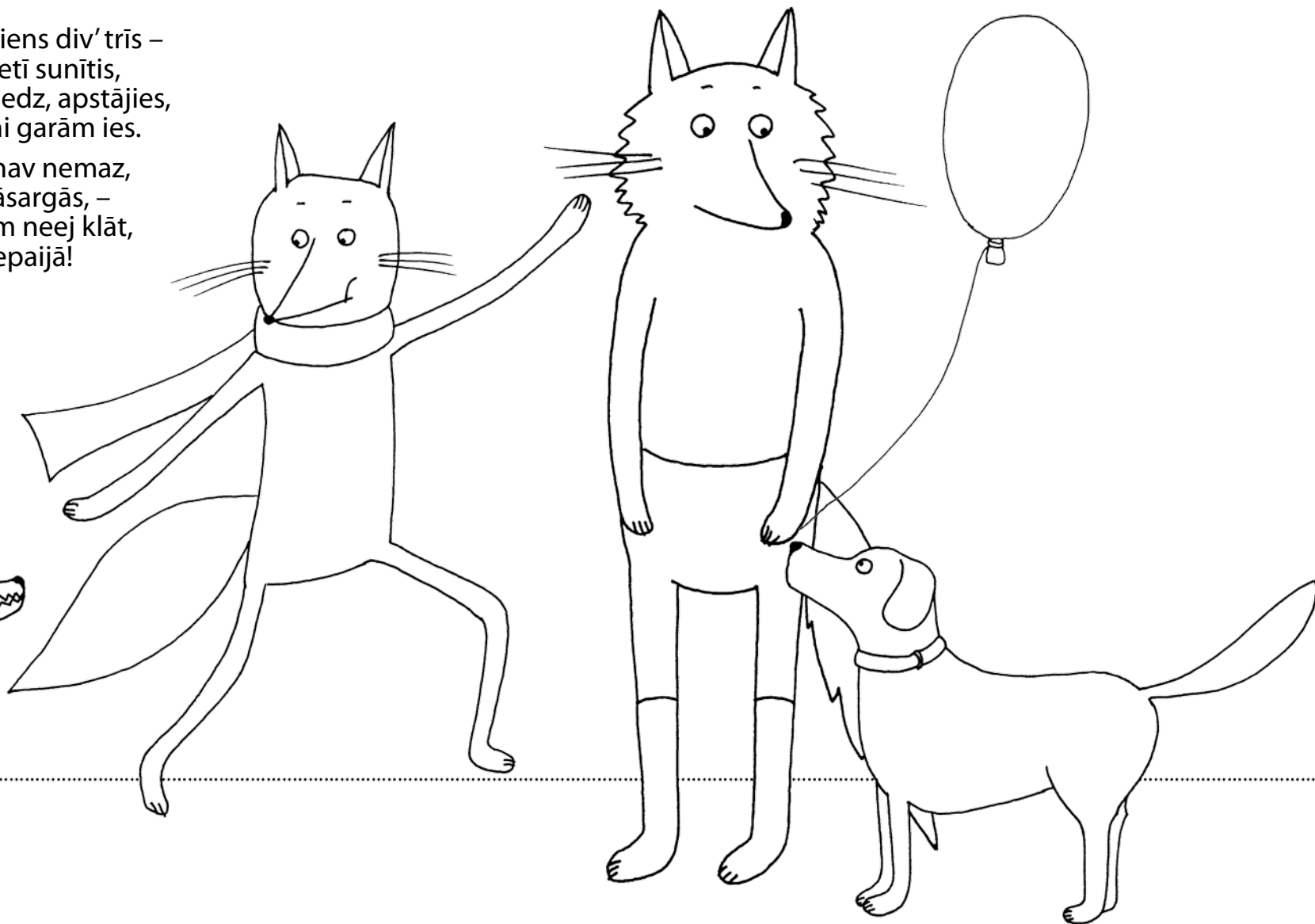


Nedroši!

Ja pa ielu – viens div' trīs –
skrien Tev pretī sunītis,
nemūc, nekliedz, apstājies,
suns tad rātņi garām ies.

Bet, ja baiļu nav nemaz,
Tev tāpat ir jāsargās, –
svešam sunim neej klāt,
nebaro un nepaijā!

Droši!

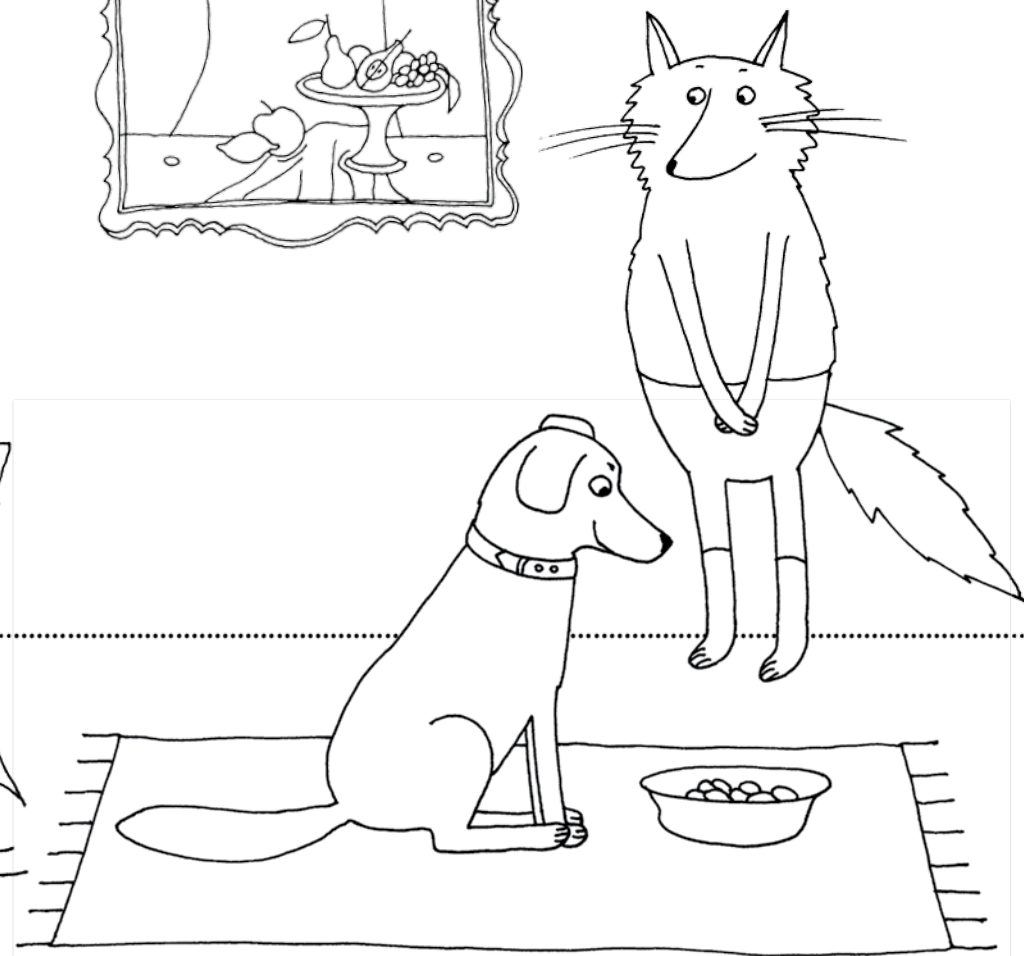
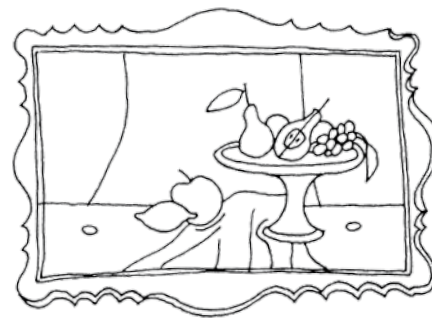


Nedroši!

Arī tad, ja suni zini,
tik un tā to nekaitini.
Spēlējoties piesargies,
dažas lietas atceries:
ja tam paēst neatļauj
un vēl bļodu ārā rauj, –
suns var sadusmoties dikti,
uzrūkt var vai iekost pikti.

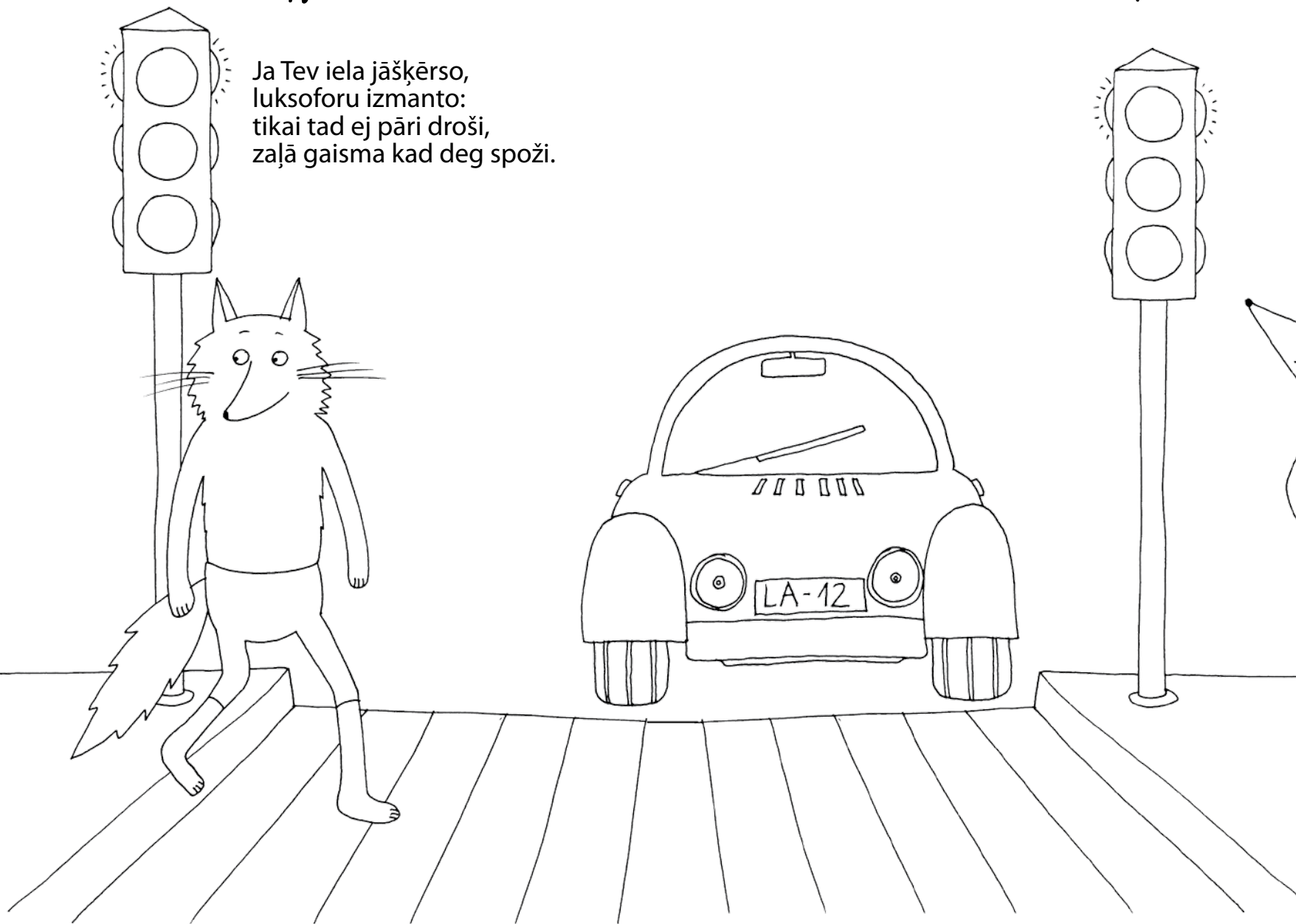


Droši!

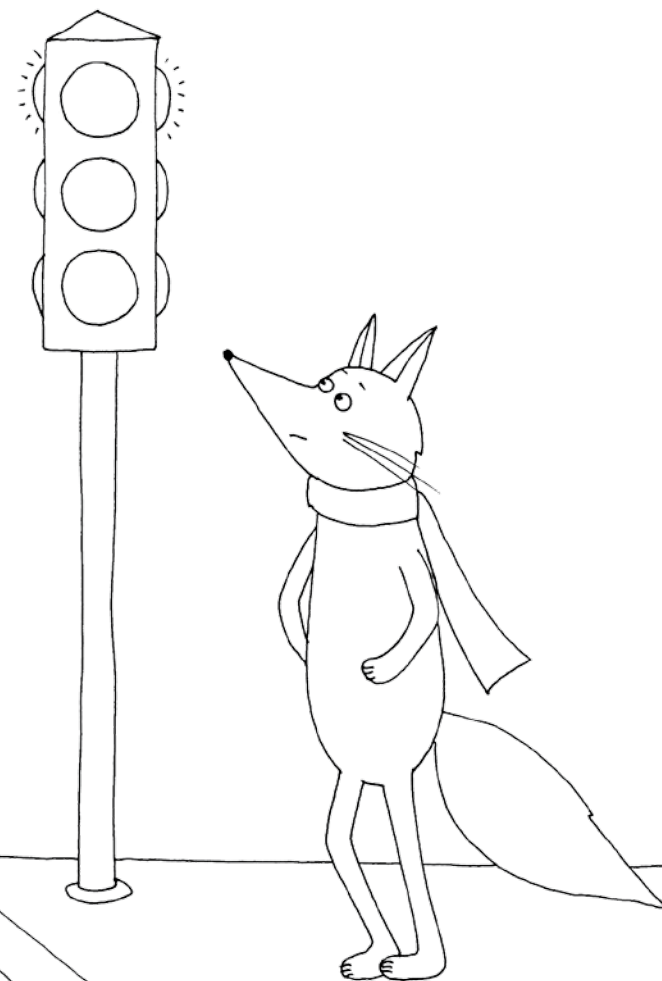


Nedroši!

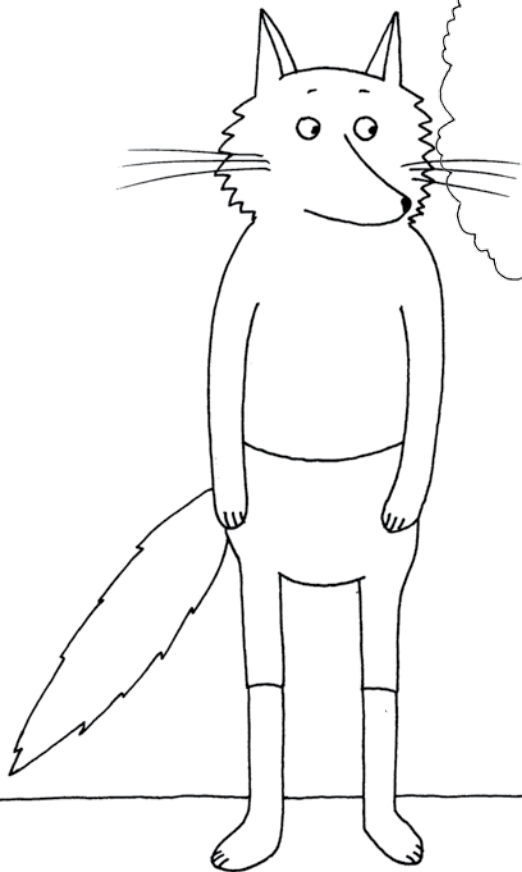
Ja Tev iela jāšķērso,
luksoforu izmanto:
tikai tad ej pāri droši,
zaļā gaisma kad deg spoži.



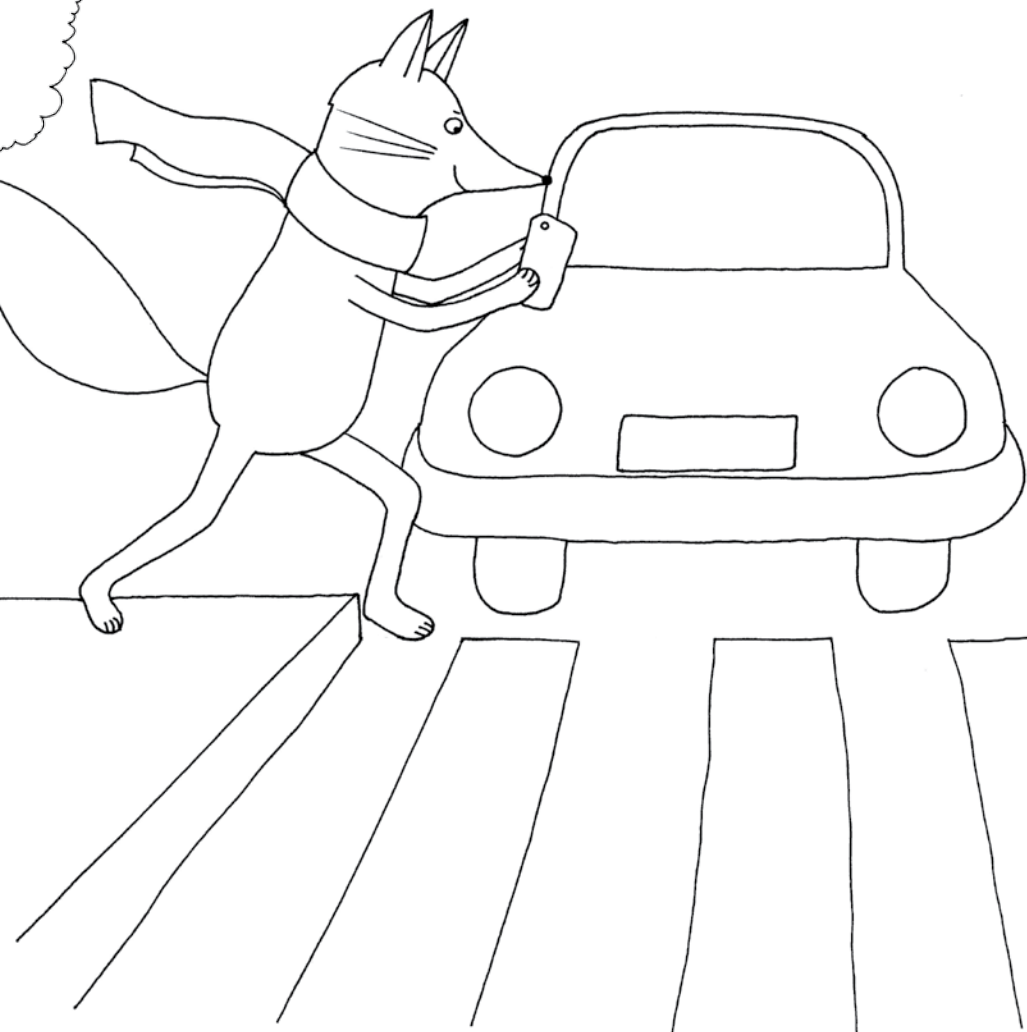
Droši!



Droši!



Nedroši!

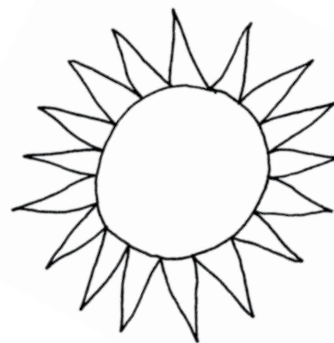


Bet, ja luksofora nav,
lūkojies pēc strīpām, – rau! –
zebra rāda vietu to,
kur Tev iela jāšķērso!

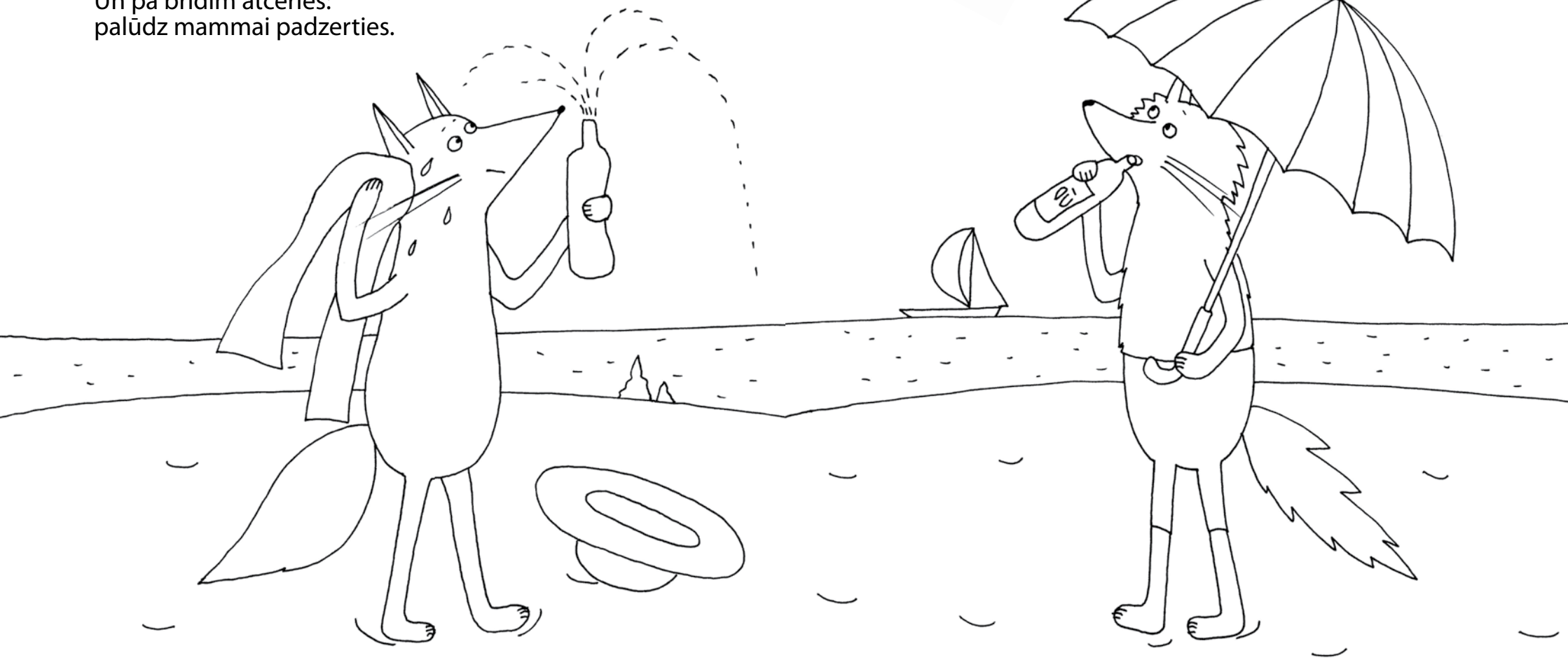
Taču, pirms sper soli pāri,
nokāpjot no trotuāra,
atceries, ka katru reizi
jāpaskatās ir pa kreisi!!

Nedroši!

Dienā karstā, saulainā
sevi vajag pasargāt:
apsedz galvu, skraidi lēnām,
rotaļājies labāk ēnā.
Un pa brīdim atceries:
palūdz mammai padzerties.



Droši!



Nedroši!



Ja Tev ļoti braukāt gribas
un ja draugi līdzī sauc, –
paņem riteni vai slidas,
lai var visiem līdzī traukt.

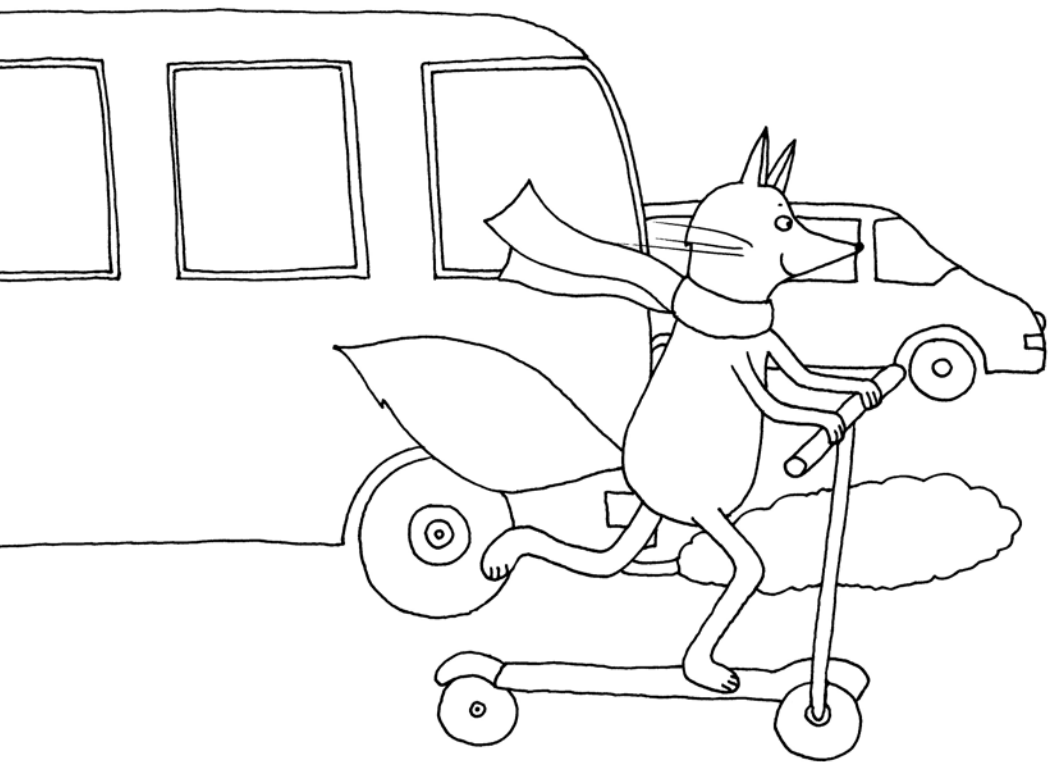
Bet, pirms izbraucienā dodies,
savu galvu sargāt proties:
ķiveri velc katru reizi,
bez tās braukt ir nepareizi.

Droši!



Nedroši!

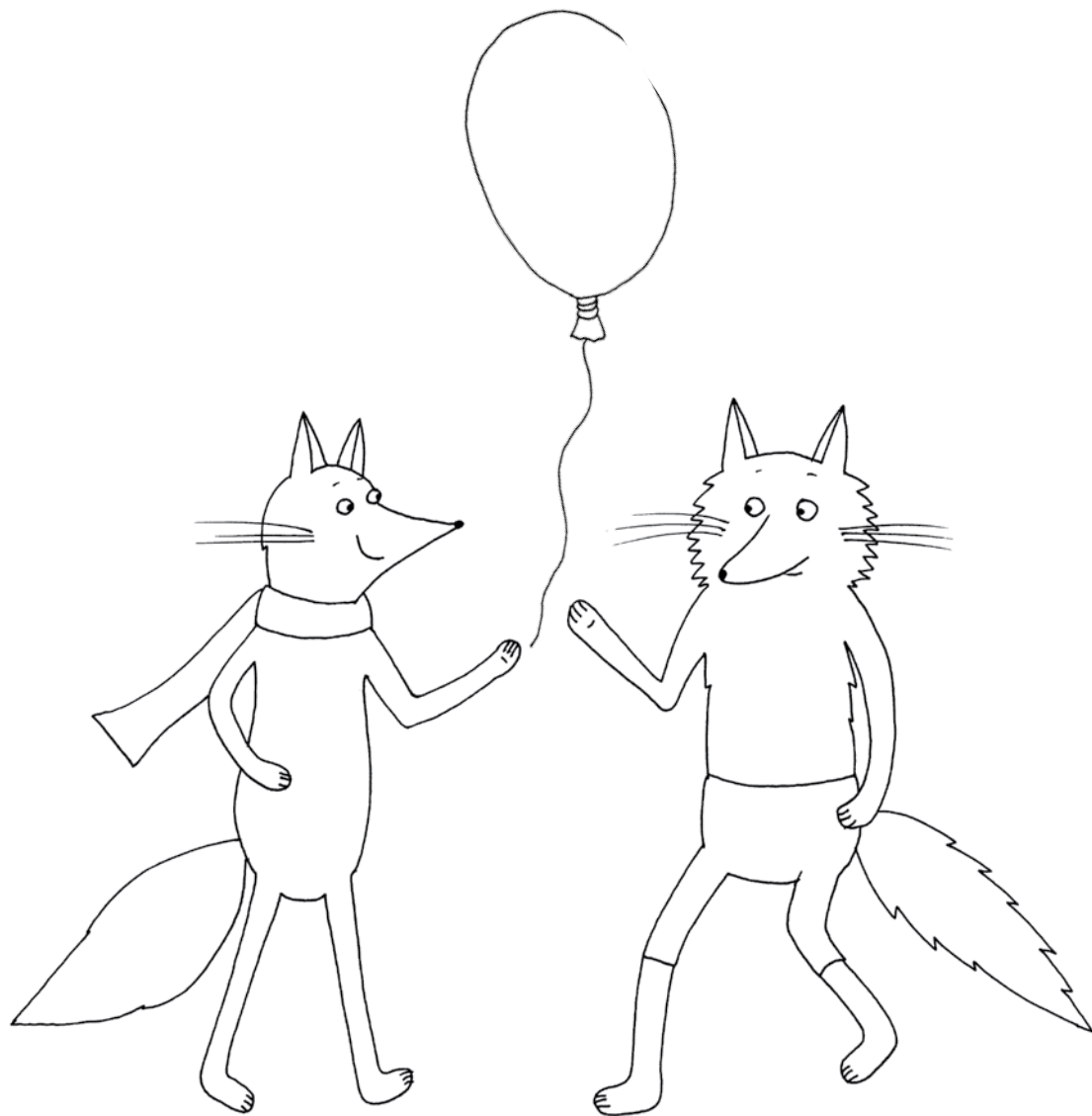
Un, lai brauciens priecīgs būtu,
lai zem auto nepakļūtu, –
brauc pa pagalmu vai taku,
stadionu, trasi, parku.



Droši!

Lielām ielām nebrauc klāt –
nav ko mammai kaitināt.





Padarīts nu darbiņš šis,
esi gan Tu malacis!
Pamācības liec aiz auss,
tās Tev drošāk dzīvot ļaus!

Mīļie vecāki!

Šī krāsojamā dzejoļu grāmatiņa ir palīgs, kas padarīs Jūsu bērna ikdienu drošāku. Laikā, kad bērns uzsāk skolas gaitas un kļūst patstāvīgāks, ir ļoti būtiski iemācīt un regulāri atgādināt viņam dažas vienkāršas pamācības, kas ļaus bērnam izvairīties no dažādām traumām ikdienā. Kā liecina statistikas dati, Latvijā bērnu traumatisma līmenis ir augsts. Bieži vien traumas rodas sadzīviskās situācijās, kā arī neuzmanības vai nezināšanas dēļ, tieši tādēļ ir tik svarīgi ar bērnu pārrunāt iespējamās traumu gūšanas situācijas. Šajā grāmatiņā ir aprakstītas un attēlotas izplatītākās situācijas, kurās bērni gūst traumas, un katrai bīstamajai situācijai pretī ir attēlota droša un pareiza rīcība.

Padariet šīs grāmatiņas lasīšanu un krāsošanu par jauku un izglītojošu ģimenes kopā pavadīšanas laiku – pārrunājiet, pamāciet un palīdziet bērnam izdarīt drošu izvēli.

Bērni ir mūsu lielākā vērtība un dārgums – sargāsim tos kopā!

Ar cieņu
Rīgas domes Labklājības departaments

Rīgas domes Labklājības departaments

Baznīcas iela 19/23, Rīga, LV-1010

Tālrunis: 67105151

Fakss: 67105199

E-pasts: dl@riga.lv

Mājaslapas: www.ld.riga.lv; www.veseligsridzinieks.lv



RĪGAS DOMES
LABKLĀJĪBAS
DEPARTAMENTS



Māksliniece IEVA MAURĪTE

Teksta autore GUNTA ROZENTĀLE