



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Labklājības ministrija

Mājsaimniecību relatīvo izdevumu budžets (MRI budžets)

Pētījums veikts ESF projekta Nr.9.2.1.2/15/I/001 “Iekļaujoša darba tirgus un nabadzības risku pētījumi un monitorings” ietvaros



Labklājības ministrija

Ko ietver MRI budžets?



- Saturu izstrādāja uztura speciālisti
- Saturu validēja fokusgrupu diskusijās un, ņemot vērā ekspertu viedokli
- Cenas aprēķinātas atbilstoši CSP publicētajām mazumtirdzniecības cenām

- Noskaidroja ar aptaujas palīdzību
- Aptaujātas mājsaimniecības no 3 zemākajām ienākumu kvintilēm (līdz 420 *euro* viena cilvēkam)



Labklājības ministrija

I. Pārtikas grozs





Labklājības ministrija

Pārtikas groza kritēriji

5 vecuma grupas

2-6 gadi
7-14 gadi
15-18 gadi
Pieaugušie
Seniori

Individuālā līmenī

Pārtikas produkti noteikti katram cilvēkam individuāli neatkarīgi, kādā mājsaimniecībā viņš/-a dzīvo

Konkrēti produkti un to apjomi

Noteikts, cik katrs produkts nepieciešams vienas nedēļas ietvaros katrai vecuma grupai



Labklājības ministrija

Piemērs

Pārtikas produkts	Kilogrami nedēļā				
	Pieaugušie	Seniori	2-6 g.v. bērni	7-14 g.v. bērni	15-18 g.v. bērni
Rudzu rupjmaize	0,490	0,490	0,245	0,371	0,490
Graudu/sēklu maize	0,210	0,210	0,105	0,161	0,315
Griķi, vārīti	0,400	0,400	0,133	0,300	0,500
Makaroni, pilngraudu	0,294	0,294	0,098	0,221	0,368
Auzu pārslas (arī dažādu graudu pārslas, kukurūzas putraimi)	0,260	0,260	0,080	0,180	0,260
Kartupeļi	1,443	1,443	0,420	1,120	1,307
Rīsi, baltie	0,175	0,175	0,038	0,075	0,150
Tomāti	0,214	0,214	0,214	0,214	0,214
Vistas gaļa	0,595	0,548	0,238	0,476	0,595
Āboli	0,288	0,288	0,165	0,288	0,329
Bumbieri	0,272	0,272	0,165	0,288	0,329

Uztura kartes

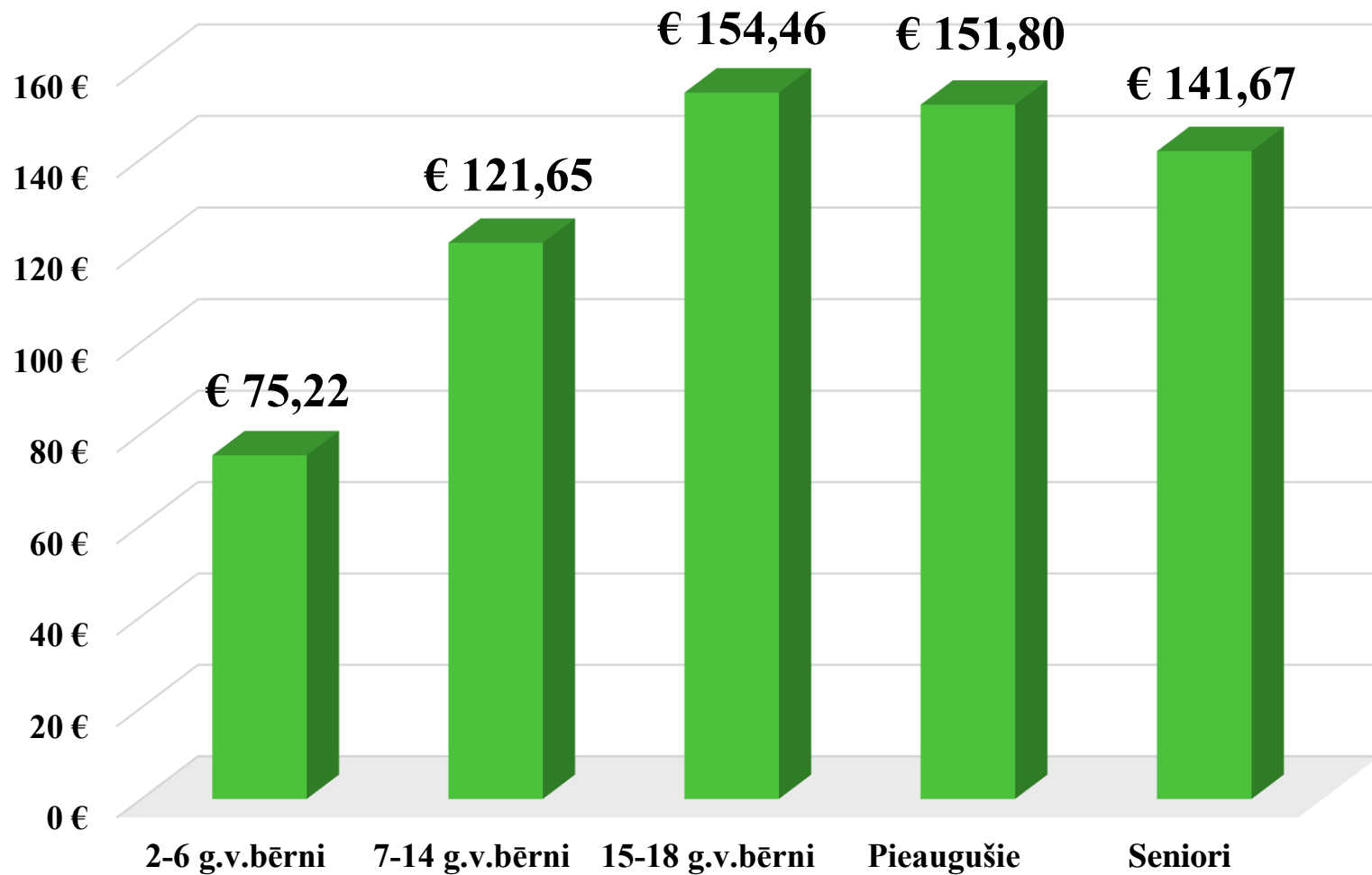
- Veidotas 7 dienām (pieaugušajiem arī 2 sezonām – vasarai un ziemei)
- Uztura kartēs visām receptēm norādīts enerģijas un uzturvielu daudzums, ko tās nodrošina
- Katrā dienā iekļautas 3 pamatmaltītes un 2 uzkodu reizes
- Uztura kartes veidotas rekomendējoši, pieļaujot iespēju vienu produktu aizstāt ar citu līdzīgu, kā arī mainot ēdienreizes vietām vai apvienojot tās atbilstoši indivīda vajadzībām



Uztura karte vienai dienai

	Ēdiens	Produkts	Svars, neto (g)	En.v. (kcal)	OBV (g)	Tauki (g)	OGH (g)	Šķiedrv. (g)
Brokastis	Griķu pārslu biezputra ar grauzdētām sēklām	Griķu pārslas, pagatavotas	180	292.0	9.3	10.0	40.3	2.3
		Sviests	5					
		Sēklas, grauzdētas	10					
Uzkodas	Augļi	Ābols	90	279.7	1.9	0.7	63.2	7.2
		Žāvēti augļi	80					
Pusdienas	Griķi ar maltās gaļas mērci	Griķi, vārīti	250	668.3	30.2	30.3	65.3	6.0
		Cūkgaļa, malta	80					
		Sīpoli	20					
		Piens	60					
	Biešu salāti	Bietes, vārītas	80					
		Lociņi	10					
		Augu eļļa	5					
Uzkodas	Biezpiena plācenīši ar ogām	Biezpiens	125	460.2	30.5	15.4	58.4	7.3
		Olas	30					
		Milti	60					
		Cukurs	10					
		Augu eļļa	5					
		Ogas	50					
		Ievārījums	20					
Vakariņas	Dārzeņu sautējums ar pupiņām un grūbām	Pupiņas	120	745.7	27.0	12.7	112.1	28.1
		Grūbas	120					
		Kartupeļi, vārīti	100					
		Paprika	100					
		Burkāni	40					
		Galviņkāposti	100					
		Tomāti	40					
		Sīpoli, pagatavoti	20					
	Gurķu salāti	Gurķi, svaigi	60					
		Sīpoli, svaigi	20					
		Augu eļļa	5					
		Rudzu rupjmaize	70					
		Kefirs	220					
KOPĀ:				2445.9	98.9	69.1	339.3	50.9
Enerģijas %:					16.2	25.4	55.5	
Ieteicamais					(10-20)	(25-30)	(45-60)	7

Pārtikas groza vērtība mēnesī

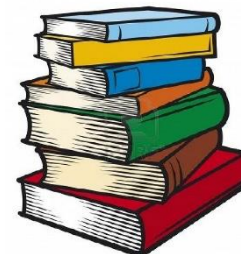


Aprēķinā izmantotas 2020.gada cenas



Labklājības ministrija

II. Nepārtikas izdevumi



Individuālie un mājsaimniecību izdevumi

Individuālie izdevumi

- Mobilā telefona rēķina apmaksā
- Mobilo vai stacionāro tālrunu iegāde vai remonts
- Zāles, ārstu apmeklējumi
- Zobārsta pakalpojumi un pirkumi, kas saistīti ar veselības aprūpi
- Apģērbs un apavi, kā arī somas
- Skaistumkopšanas preces un pakalpojumi, kā arī higiēnas preces
- Personiskās higiēnas elektroierīču, rokas pulksteņu, juvelierizstrādājumu, bižutērijas iegāde vai remonts
- Sabiedriskās ēdināšanas pakalpojumi

Aprēķina katram mājsaimniecības loceklim individuāli

Aprēķina mājsaimniecībai kopumā atkarībā no mājsaimniecības tipa

Mājsaimniecību izdevumi

- Mājokļa īre un komunālie pakalpojumi
- Nelielas saimniecības preces
- Mājokļa remonts vai nelieli remonta pakalpojumi
- Mēbeļu un mājsaimniecības ierīču iegāde vai remonts
- Audumu, trauku, instrumentu un darbarīku mājai iegāde
- Sociālā aprūpe vai arī palīdzība mājas darbos, aukļu pakalpojumi
- Pasta un citi sūtījumi
- Dažādas administratīvās izmaksas, sodu un alimentu nomaksa
- Sabiedriskais transports
- Personiskā transporta līdzekļi
- Transporta remonts, tehniskā apskate, auto transporta līdzekļa vadīšanas kursi
- Personiskā transporta uzturēšana
- Bērnudārza, pamata un vidējās izglītības pakalpojumi
- Mācību maksa augstskolā, dažādi kursi un pulciņi
- Kultūra un sports
- Grāmatu iegāde
- Datoru un to aprīkojumu iegāde un remonts, kā arī programmatūra
- Televizoru, mūzikas instrumentu, sporta, hobija inventāru u.tml. preču iegāde, remonts
- Tūrisma braucieni pa Latviju, kā arī viesnīcu un citu naktsmītņu pakalpojumi Latvijā
- Dažādas vajadzības

Aptaujā tika vaicāts nevis par konkrētu preču patēriņu, bet par izdevumiem katrā izdevumu kategorijā kopumā

Nepārtikas daļas vērtības noteikšana mājsaimniecībai

7 mājsaimniecību tipi:

- Viena darbspējīgā mājsaimniecība
- Divu darbspējīgo mājsaimniecība
- Viena pensionāra mājsaimniecība
- Cita divu pieaugušo mājsaimniecība
- Trīs un vairāku pieaugušo mājsaimniecība
- Mājsaimniecības ar vienu bērnu
- Mājsaimniecības ar diviem un vairāk bērniem



**Mājsaimniecību
izdevumi**

Par katru izdevumu kategoriju katram mājsaimniecību tipam aprēķina:

Izmaksas

Cik šīm vajadzībām tērē tie, kam šādi izdevumi ir un kas tos visus sedz paši

€

×

Attiecināmību

Cik liela daļa norāda, ka viņiem optimālā situācijā šādi izdevumi būtu

%

Atsevišķas izdevumu kategorijas vēl diferencē pēc dzīvesvietas tipa (Rīga, citas pilsētas, lauki)

Nepārtikas daļas vērtības noteikšana individuāli

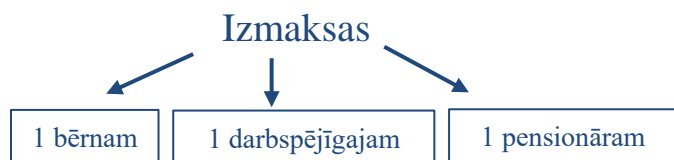
Individuālie izdevumi



7 mājsaimniecību tipi:

- Viena darbspējīgā mājsaimniecība
- Divu darbspējīgo mājsaimniecība
- Viena pensionāra mājsaimniecība
- Cita divu pieaugušo mājsaimniecība
- Trīs un vairāku pieaugušo mājsaimniecība
- Mājsaimniecības ar vienu bērnu
- Mājsaimniecības ar diviem un vairāk bērniem

Par katru izdevumu kategoriju katram mājsaimniecību tipam aprēķina:



Attiecināmību

Cik liela daļa norāda, ka viņiem optimālā situācijā šādi izdevumi būtu

€

×

%

Summa aprēķinātajā apjomā tiek ieskaitīta par katru bērnu, katru darbspējīgo un katru pensionāru



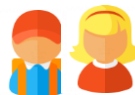
Labklājības ministrija

MRI budžets *euro* mēnesī dažiem mājsaimniecību veidiem

Mājsaimniecības tips	Rīga	Cita pilsēta	Lauki
	424,36	401,89	380,39
	417,20	392,08	361,437
	721,50	703,81	697,36
	729,68	722,24	752,69
	1239,52	1222,00	1253,48
	1453,40	1435,88	1467,36



līdz 6 gadu vecumam



7 līdz 14 gadu vecumam



15 līdz 18 gadu vecumam



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Labklājības ministrija

Mājsaimniecību relatīvo izdevumu budžets (MRI budžets)

Pētījums veikts ESF projekta Nr.9.2.1.2/15/I/001 “Iekļaujoša darba tirgus un nabadzības risku pētījumi un monitorings” ietvaros