



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

Veselības veicināšanas un slimību profilakses plāns un tā praktiskā izmantošana

Toms Pulmanis

**Veselības ministrijas Projektu vadības nodaļas
vecākais eksperts**

26.10.2017.



Veselības ministrija

Plāna pamatojums

- **Vienota, kompleksa pieeja** veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu plānošanai, īstenošanai un novērtēšanai nacionālā un vietējā līmenī Eiropas Sociālā fonda 2014. - 2020. gada plānošanas periodā.
- Plāns paredzēts **sabiedrības veselības jomas profesionāļiem un veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu plānotājiem, jo īpaši pašvaldībās strādājošajiem speciālistiem**, kas plāno un īsteno 9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa pasākumus.
- Plāns izstrādāts pamatojoties uz Ministru kabineta 2016. gada 17. maija noteikumiem Nr. 310 un **ik gadu tiks papildināts un precizēts.**



Veselības ministrija

Plāna struktūra (1)

1. Projektu savstarpējie vienojošie elementi, atbalstāmās darbības un sasniedzamie rādītāji

9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa kopējā struktūra, iznākuma uzraudzības rādītāji un rezultātu uzraudzības rādītāji

Apakšjomas, kurās tiek plānoti veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi

Galvenie apakšjomu tematiskie virzieni t.sk. aktualitāte, vēlamie sasniedzamie rādītāji, nacionālā līmenī īstenojamie pasākumi un pasākumu piemēri vietējā sabiedrībā īstenojamajiem pasākumiem



Veselības ministrija

Plāna struktūra (2)

2. Veselības veicināšanas un slimību profilakses līmeņu skaidrojums, pasākumu plānošanas un īstenošanas pamatprincipi

Veselības veicināšanas skaidrojums, slimību profilakses un profilakses līmeņu skaidrojums

Padomi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu ieviešanai (partneru apzināšana, situācijas analīze, mērķu noteikšana, intervenču izvēle, intervenču īstenošana (t.sk. speciālistu piesaistes pamatprincipi u.c.), intervenču novērtēšana)



Veselības ministrija

Plāna struktūra (3)

Pielikumi

9.2.4.1. pasākuma ietvaros plānotie veselības veicināšanas pasākumi, slimību profilakses pasākumi un sabiedrības veselības pētījumi (pasākums, pasākuma apraksts, pasākuma mērķa grupa, pasākuma īstenošanas periods)

Pasākuma novērtēšanas matrica

Informācija par Veselības ministrijas plānotajām politikas iniciatīvām

Raksturīgākās problēmas un ieteicamās veselības veicināšanas un slimību profilakses intervences teritoriālā dalījumā, tiešsaistē brīvi pieejamo veselības veicināšanas intervenču datu bāzu piemēri



Veselības ministrija

Pasākumu tematiskie virzieni līdz 2019. gadam (1)

Veselīgs uzturs

- Augļu un dārzeņu lietošanas popularizēšana;
- regulāras brokastības popularizēšana bērniem un to vecākiem;
- veselīgu uzskatu izvēles popularizēšana.

Fiziskā aktivitāte

- Motivēšana uzsākt regulāras un pieteikamas fiziskās aktivitātes, padarot ikdienu fiziski aktīvu;
- piemērotākie fizisko aktivitāšu veidi dažāda vecuma cilvēkiem ar dažādu fizisko sagatavotību un dažādām fiziskām spējām;
- fiziski aktīva brīvā laika ar ģimeni pavadīšanas iespējas.

Atkarību izraisošo vielu un procesu mazināšana

- Smēķēšanas izplatības mazināšana:
 - ✓ elektronisko cigarešu, smēķēšanas ierīču un ūdenspīpju lietošanas profilakse un mazināšana, šo produktu smēķēšanas atmešanas veicināšana bērniem un pieaugušajiem;
 - ✓ tabakas izstrādājumu lietošanas profilakse/izplatības mazināšana un smēķēšanas atmešanas veicināšana.
- Alkoholisko dzērienu lietošanas ierobežošana:
 - ✓ negatīvas attieksmes veidošana pret alkoholisko dzērienu lietošanu bērniem un pusaudžiem;
 - ✓ alkoholisko dzērienu riskantas lietošanas izplatības mazināšana pieaugušo vidū.



Veselības ministrija

Pasākumu tematiskie virzieni līdz 2019. gadam (2)

Seksuālā un reprodūktīvā veselība

- Atbildība attiecībās, drošas kontracepcijas izmantošana un seksuāli transmisīvo infekciju (t.sk. cilvēka imūndeficīta vīrusa (HIV)) kā seksuālās un reprodūktīvās veselības negatīvi ietekmējošo faktoru profilakse.

Psihiskā veselība

- Zināšanu un prasmju pilnveide pieaugušajiem komunikācijas veidošanai ar bērniem dažādos vecumposmos;
- savstarpējo attiecību uzlabošana un ģirģāšanās profilakse bērnu vidū;
- prasmju un izpratnes veidošana psihoemocionālās labklājības veicināšanai.



Veselības ministrija

Pasākumu piemēri katrā no jomām

Veselīgs uzturs

- Piemēram:
- Veselīga uztura meistarklases;
- grupu nodarbības ar uztura speciālistu;
- tematiskas nometnes, ekskursijas.

Fiziskā aktivitāte

- Piemēram:
- Vingrošanas (t.sk., brīvā dabā) nodarbības;
- nodarbību cikli dažādu fizisko aktivitāšu veidu apguvei;
- tematiskas interešu grupas (nūjošana, skriešana, aerobika).

Atkarību izraisošo vielu un procesu izplatības mazināšana

- Piemēram:
- Nodarbības bērniem/pusaudžiem par negatīvo ietekmi;
- nodarbības pusaudžu vecākiem par agrīnu atpazīšanu;
- semināri grūtniecēm par atkarību izr. vielu liet. Kaitīgumu.

Seksuālā un reproduktīvā veselība

- Piemēram:
- Vienaudžu (līdzaudžu) izglītošanas programmas;
- izglītojošas diskusiju grupas pusaudžiem dzimumu grupās;
- semināru cikli vecākiem, kā runāt ar bērnu.

Psihiskā veselība

- Piemēram:
- Semināri par negatīvā stresa, izdegšanas profilaksi;
- lekcijas par fizisko aktivitāšu poz. ietekmi uz psihisko veselību.

Vietējā sabiedrība



Veselības ministrija

Atbilstošu speciālistu piesaistes pamatprincipi

Viens no būtiskākajiem aspektiem kvalitatīvas intervences īstenošanai!

- Iepirkumu veicējiem jāparedz prasības attiecībā gan uz speciālistu **izglītību**, gan **pieredzi**, atbilstoši īstenojamā pasākuma:
 - Tēmai, norises formai, specifikai.
- Pieprasīt izglītību/kvalifikāciju apliecinošus dokumentus (diploms/sertifikāts).
- Ieteicams piesaistīt speciālistus ar augstāko izglītību (grādu) veselības aprūpē un specifisku kvalifikāciju atbilstoši pasākuma tematikai (piemēram, sabiedrības veselības speciālists, fizioterapeits, narkologs, uztura speciālists, medicīnas māsa u.c.).
- Atbilstoši konkrētā pasākuma prasībām un specifikai, iespējams piesaistīt arī speciālistus, kuriem ir augstākā izglītība citā nozarē (piemēram, psihologs, pedagogs, sociālais darbinieks, sporta treneris) vai nav iegūta augstākā izglītība (piemēram, līdzaudžu izglītotājs, sporta treneris)
- Iespējams piesaistīt speciālistus uz pasākuma īstenošanas posmiem (piem., tikai uz lekciju satura sagatvošanu vai uz vadīšanu);
- Lai izlemtu kādus speciālistus piesaistīt var konsultēties:
 - ar attiecīgās jomas profesionālajām organizācijām (t.i., asociācijām, biedrībām, u.c.);
 - ar Slimību profilakses un kontroles centru.
- Jāņem vērā LR reglamentētās prasības katrā no jomām (piem., MK noteikumi, kas nosaka nometņu organizēšanas kārtību).



Veselības ministrija

Intervenču īstermiņa novērtēšana

- Var būt vērsta gan uz procesu, gan rezultātu;
- Piemēram:
 - dalībnieku skaits,
 - mērķa grupas sasniegšana,
 - pasākuma dalībnieku apmierinātības pakāpe ar pasākuma organizāciju (piemēram, saņemto informācijas apjomu par iespējām piedalīties pasākumā, informācijas kvalitāti, pieteikšanās/reģistrācijas organizāciju, telpu vai cita veida infrastruktūras atbilstību pasākuma saturam un dalībnieku skaitam, pasākumu ilgumu kopumā un apskatāmās tēmas/-u kontekstā, lektoru spēju kvalitatīvi un saprotami skaidrot konkrēto tēmu, iespējas uzdot interesējošos jautājumus vai modelēt problēmsituācijas, ieteikumus citu saistīto tēmu iekļaušanai pasākuma saturā nākotnē u.c.),
 - dalībnieku vērtējums par iegūto zināšanu **potenciālo** izmantošanu nākotnē, noviržu aprakstu un pamatojumu u.c.



Veselības ministrija

Intervenču ilgtspējas novērtēšana

- Piemēram:

- novērtējot, vai iedzīvotāji turpina piedalīties veselības veicināšanas aktivitātēs arī pēc intervenču īstenošanas;
- novērtējot, vai iedzīvotāji iegūtās zināšanas izmanto «praksē»;
- novērtējot, vai iedzīvotāji iegūto zināšanu ietekmē ir mainījuši savus veselību ietekmējošos paradumus;

piemēram, veicot papildus anketēšanu **noteiktu laika posmu pēc** intervences (laika posms nosakāms atkarībā no īstenotās intervences un tās potenciālās ietekmes perioda).



Veselības ministrija

Plāns pieejams: www.ESparveselibu.lv, sadaļā «Materiāli»



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

Meklēt...



Veselības ministrija

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Sākums

Jaunumi

Pasākumi pašvaldībās

Nacionālā līmeņa pasākumi

Materiāli

#ES par veselību

Kontakti

Materiāli

Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi



Notikumu kalendārs



26.10.2017.



Veselības ministrija

Atbildes uz aptauju no 57 pašvaldībām

- Vai esat izmantojis darbā Veselības ministrijas un Slimību profilakses un kontroles centra ekspertu izstrādāto Veselības veicināšanas un slimību profilakses plānu?
 - Jā, esmu (**47,4%** respondentu)
 - Nē, neesmu (**43,9%** respondentu)
 - Citas atbildes (**8,7%** respondentu)

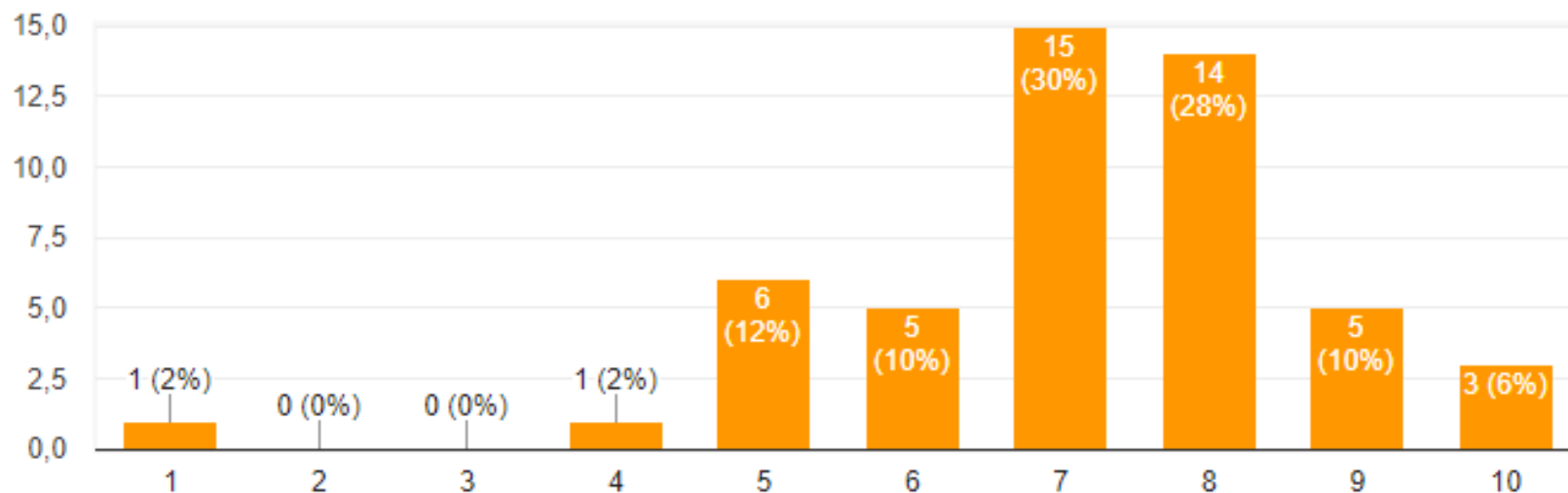


Veselības ministrija

Atbildes uz aptauju no 50 pašvaldībām

15. Lūdzu novērtējiet Veselības veicināšanas un slimību profilakses plāna saturā iekļautās informācijas saprotamību:

50 atbildes



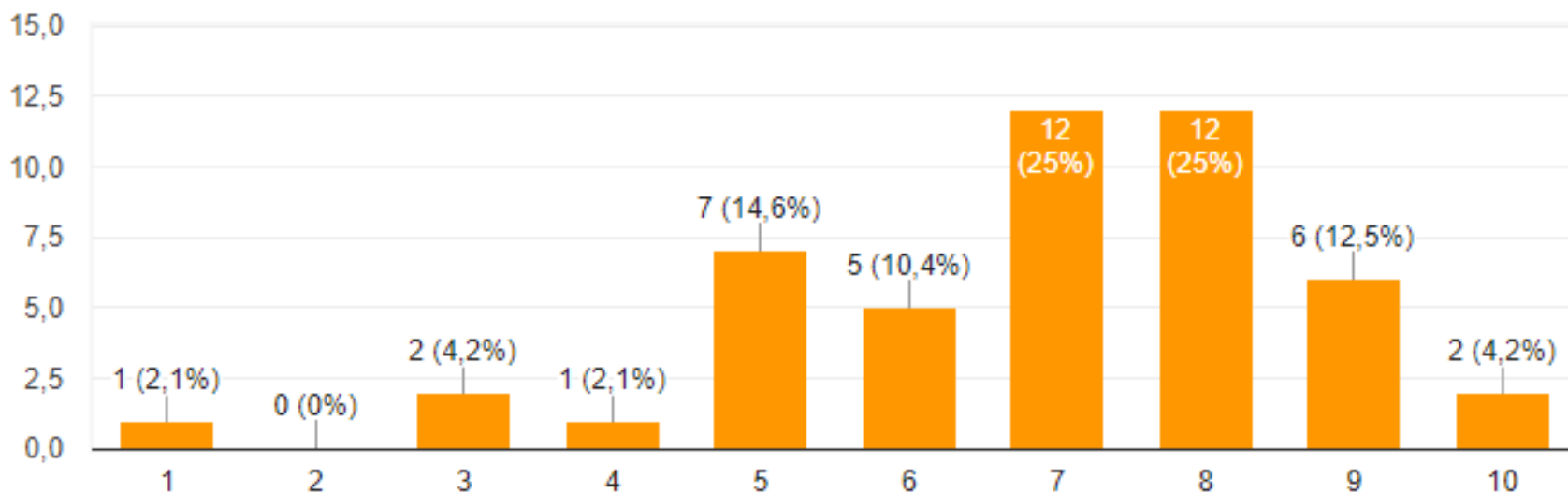


Veselības ministrija

Atbildes uz aptauju no 48 pašvaldībām

16. Lūdzu novērtējiet Veselības veicināšanas un slimību profilakses plāna saturā iekļautās informācijas pielietojumu darbā:

48 atbildes





NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



Kontakti:

e-pasts: esfveicinasana@vm.gov.lv

tālrunis: +371 67876013