

**Ziņojums par ekspertu darba  
grupas izstrādāto Veselības  
veicināšanas un slimību profilakses  
politikas īstenošanas stratēģisko  
ietvaru**

[http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/Nozare/VV\\_ietvars\\_zinojuma\\_181217\\_\(4\).pdf](http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/Nozare/VV_ietvars_zinojuma_181217_(4).pdf)

Anita Villeruša- asociētā profesore, Rīgas Stradiņa universitāte  
Sabiedrības veselības un epidemioloģijas katedra

# *Darba gaita*

- VM 2017.gada 27. jūnija rīkojumu Nr.127 „Par ekspertu darba grupas izveidi Veselības veicināšanas un slimību profilakses īstenošanas stratēģiskā ietvara izstrādi” fiziskās aktivitātes, veselīga uztura, psihiskās veselības, seksuālās un reproduktīvās veselības un atkarību profilakses jomās.
- Ekspertu ieteikumi VV pasākumiem nacionālā un pašvaldību līmenī, dažādām mērķa grupām.
- Ieteikto pasākumu izvērtēšana pēc to svarīguma un rīcības secības, piesaistot kopumā 40 ekspertus
- Trīs no katras jomā izvirzītajām aktivitātēm tika izstrādātas detalizētāk kā rīcības prioritātes nacionālā līmenī

ESF programmas "Izaugsme un nodarbinātība" 9.2.4. mērķis" *Uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem, jo īpaši, nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem"*

**9.2.4.2. „Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei” , no 2017. līdz 2022. gadam.**

- Veselības veicināšanas un slimību profilakses starpnozaru sadarbības komitejā 2017. gada 19. jūlijā apstiprinātais **Veselības veicināšanas un slimību profilakses plāns.**

[http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/ESF\\_projekts\\_veselibas\\_veicinanasana\\_2022/VV\\_un\\_SP\\_plans\\_SASK\\_FIN\\_VERSIJA\(1\).pdf](http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/ESF_projekts_veselibas_veicinanasana_2022/VV_un_SP_plans_SASK_FIN_VERSIJA(1).pdf)

- Plāns paredz vienotu, kompleksu pieeju veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu plānošanai, īstenošanai un novērtēšanai nacionālā un pašvaldību līmenī Eiropas Sociālā fonda 2014. - 2020. gada plānošanas periodā

# Plāns aptver būtiskākos dzīvesveida faktorus:

- ✓ *veselīgs uzturs,*
- ✓ *fiziskā aktivitāte,*
- ✓ *atkarību izraisošo vielu un procesu izplatības mazināšana,*
- ✓ *psihiskā veselība,*
- ✓ *seksuālā un reproduktīvā veselība*

# Kopējie ieteikumi plāna pilnveidošanai

- Precīzāk plānā jāiezīmē nacionālā līmeņa pasākumu saskaņa ar pašvaldībās veicamajiem pasākumiem, gan satura, gan mērķa auditorijas, gan intervences laika un apjoma ziņā;
- Precīzāk būtu jānosaka rekomendējamie pasākumi pašvaldībām un noteiktām mērķa grupām, jāparedz specifisko pasākumu vēlamais kopskaits vienai mērķa grupai un regularitāte;
- Valsts līmenī jāizstrādā konkrētas vadlīnijas (metodiskie norādījumi) noteiktu veselības veicināšanas programmu veidošanai un īstenošanai pēc vienota principa pašvaldībās, jāveic īstenošanu un programmu ieviešanas procesa organizatoru apmācība;
- Precīzāk jānosaka kādi būs kvalitatīvie indikatori intervences efektivitātes novērtēšanai, jāveic to monitorēšana pirms intervences un pēc. Jāveic veselības veicināšanas koordinātoru apmācība programmas novērtēšanā;

# Kopējie ieteikumi

- Rekomendējam paplašināt intervences vides, piemēram, veselības veicināšanu darbā, veselības veicināšanu universitātēs, veselības veicināšanu slimnīcās u.c.. ;
- Rekomendējam projekta ietvaros izmantot sadarbību starp teritoriāli blakus atrodošajām pašvaldībām;
- **Pašvaldību līmenī līdzās pasākumiem arī sekmēt atbalstošas vides veidošanu**;
- Veselības veicināšanas konceptu ieviest visos veselības aprūpes līmeņos, mūsdienās liela populācijas daļa dzīvo ar hroniskām slimībām, tostarp bērni;
- Izveidot reģistru un monitorēt pašvaldību pasākumus, veidot datu bāzi un uzkrāt visiem pieejamu informāciju ar labās prakses piemēriem, veidot noteiktās veselības veicināšanas jomās strādājošo speciālistu reģistru, izveidot datu bāzi, kurā pieejamas izstrādātās vadlīnijas un visi informatīvie materiāli noteiktu aktivitāšu veikšanai.

# Priekšlikumi piecās tematiskajās jomās

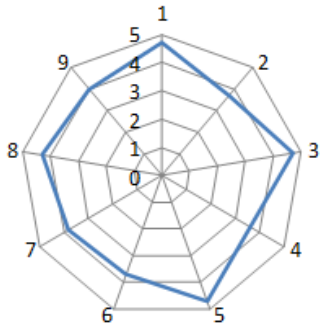
- Nacionālā līmeņa/ pašvaldības līmeņa
- Iedzīvotāju kategorijas: bērni, pusaudži, pieaugušie darbspējas vecumā, seniori, personas ar invaliditāti, nabadzības riskam pakļautie, trūcīgie iedzīvotāji,
- Citas grupas, kā cilvēki ar hroniskām slimībām, grūtnieces, studenti, skolu darbinieki, bērnu vecāki, ģimenes ārsti, sociālie darbinieki, ginekologi un vecmātes
- Priekšlikumi politikas pilnveidošanai un iniciatīvām citos sektoros, t.sk. sadarbībai ar NVO
- Priekšlikumi speciālistu apmācībā, vienoti metodoloģiskie principi, datu bāzes

# **Ekspertu rekomendētie pasākumi valsts un pašvaldību veselības veicināšanas plānam un to prioritātes**

- Visās 7 tematiskajām veselības veicināšanas jomās tika izveidots priekšlikumu saraksts un atlasīti būtiskākie no veicamajiem pasākumiem, tos sagrupējot kā nacionālā un pašvaldību līmeņa aktivitātes.
- Prioritāšu noteikšanai tika piesaistīti citi jomas eksperti, kopumā 40.
- Prioritāšu ranžēšana pēc to risināšanas svarīguma no 0-5 ballēm
- Norādīti pieci pēc to svarīguma veicamie pasākumi nacionālajā līmenī un pieci svarīgākie pasākumi pašvaldības līmenī, kuri būtu jāīsteno kā prioritāri nākamajā periodā



# Uzturs

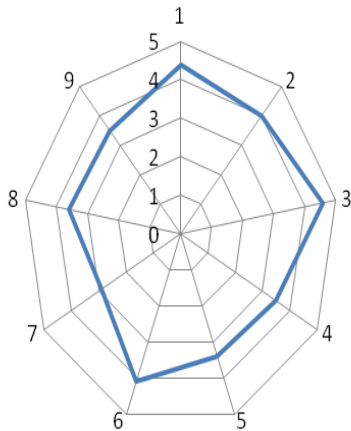


## Nacionālā līmeņa prioritāte

Pirmā aktivitāte- Uzlabot normatīvo regulējumu (4,7)

Trešā aktivitāte - pirmsskolas/ skolu pavāru apmācība ēdienkaršu sastādīšanā (4,7)

Piektā aktivitāte - sadarbība ar pārtikas industriju pārtikas produktu sastāva uzlabošanā (4,7)



## Pašvaldības līmeņa prioritāte

Trešā aktivitāte - uzlabot ēdināšanu skolās/ pirmsskolas iestādēs (4,6)

Pirmā aktivitāte - Uzlabot ēdināšanas pakalpojumu un pārtikas produktu piegādes iepirkumu veikšanas kārtību (4,4)

Sestā aktivitāte - Veicināt senioru veselīga uztura paradumus (4,1)

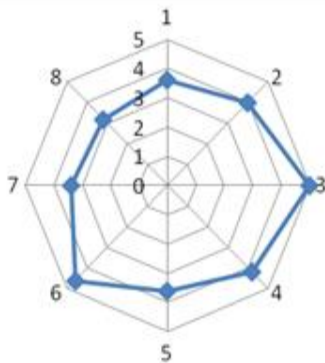
## **Veselīgs uzturs- Priekšlikumi pašvaldību līmenī īstenojamiem pasākumiem no 2019. gada (gan ESF, ietvaros, gan ārpus tiem)**

1. Uzlabot ēdināšanas pakalpojumu un pārtikas produktu piegādes iepirkumu veikšanas kārtību, lai izglītības iestādēs, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūcijās, kā arī ārstniecības iestādēs veicinātu svaiga, veselīga un kvalitatīva uztura pieejamību.
2. Īstenot izglītojošus pasākumus pašvaldību iedzīvotājiem, tai skaitā pasākumus un akcijas skolās un bērnudārzos (bērni ar vecākiem kopīgi gatavo veselīgu uzturu), pasākumus senioriem, pasākumus maznodrošinātajiem par ekonomiska un veselīga uztura pagatavošanu, utml.
3. Uzlabot ēdināšanu skolās, bērnu dārzos, iesaistot vecākus, bērnus, un ēdināšanas speciālistus - ēdienkartes uzlabošana, galda kultūras mācīšana. Skaidrojošais darbs vienlaicīgi arī bērnu vecākiem.
4. Veicināt veselīgu, garšīgu vietējo pārtikas produktu, ēdiena un uzkodu pieejamību publiskos pasākumos pašvaldībās, īpaši kur piedalās bērni un pusaudži (piem., sporta spēles).
5. Īstenot pasākumus, kas atbalsta vietējā uztura ražošanu un patēriņu – tirdziņi, ēdiena gatavošana, pozitīvie piemēri pagastos (jaunās ģimenes, populāri cilvēki).
6. Veicināt senioru veselīga uztura paradumus. Apzināt senioru situāciju, kam nepieciešams atbalsts pilnvērtīga uztura nodrošināšanai. Veselīgam uzturam jābūt senioru interešu grupu pasākumos, demonstrējot konkrētus piemērus, kā baudīt ēdienu un uzlabot veselību.
7. Atbalstīt maznodrošinātos, piedāvājot iespējas pašiem izaudzēt dārzeņus, kartupeļus.
8. Nodrošināt uzraudzību, kā skolas ievēro aizliegumu saldināto dzērienu un saldumu tirgošanai skolās
9. Veikt pašvaldības līmenī pētījumu, lai noskaidrotu iedzīvotāju ēšanas paradumu maiņu un izvērtētu veikto veselības veicināšanas pasākumu efektivitāti.

# Biežāk minētās prioritātes 8 ekspertu vērtējumā- uzturs

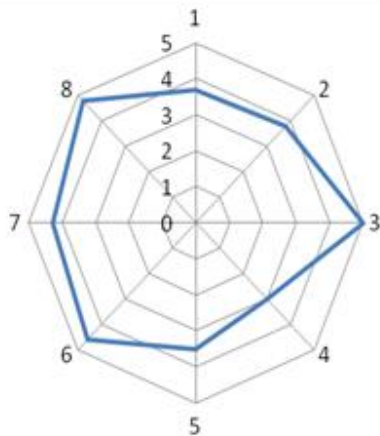
	1.prioritāte	2.prioritāte	3.prioritāte	4.prioritāte	5.prioritāte
<b>Nacionālais līmenis</b>	1.aktivitāte Uzlabot normatīvo regulējumu izglītības iestāžu ēdināšanā (4eksperti)	3.aktivitāte Paredzēt obligātu skolu, bērnudārzu pavāru un ēdienkaršu sastādītāju, apmācīšanu (3)	8.aktivitāte Ieviest stingrus, konkrētus reklāmas ierobežojumus neveselīgai pārtikai un dzērieniem (3)	7.aktivitāte Ieviest diferencētus nodokļus veselīgiem un neveselīgiem pārtikas produktiem. (2)	9.aktivitāte Veikt pētījumus par pārtikas iesaiņojumu, pesticīdiem u.c. (3)
<b>Pašvaldības līmenis</b>	1. aktivitāte Uzlabot ēdināšanas pakalpojumu un pārtikas produktu piegādes iepirkumu veikšanas kārtību (6)	3. aktivitāte Uzlabot ēdināšanu skolās, bērnu dārzos, iesaistot vecākus, bērnus, un ēdināšanas speciālistus (3)	6. aktivitāte Veicināt senioru veselīga uztura paradumus. (4)	8. aktivitāte Nodrošināt uzraudzību, kā skolas ievēro aizliegumu saldināto dzērienu un saldumu tirgošanai skolās (3)	4. aktivitāte Veicināt veselīgu, garšīgu vietējo pārtikas produktu, ēdiena un uzskodu pieejamību publiskos pasākumos pašvaldībās (2)

# Fiziskā aktivitāte



## Nacionālā līmeņa prioritātes

- 3. prioritāte - vadlīnijas/ metodiskie norādījumi
- 6. prioritāte – sports skolu/ augstskolu programmās
- 4. prioritāte- pētījums par fizisko aktivitāti



## Pašvaldības

- 3. prioritāte – vide/ infrastruktūra
- 8. prioritāte – pieejamība infrastruktūrai un vadītām nodarbībām
- 6. prioritāte – skolu/ augstskolu programmas

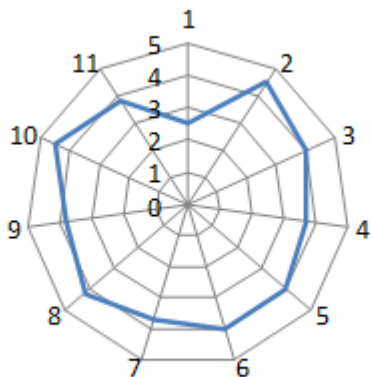
# Fiziskā aktivitāte- priekšlikumi pašvaldībām

1. Padarīt **ikdienu fiziski aktīvu - motivēšana** uzsākt un veikt regulāras un pietiekamas fiziskās aktivitātes. Aicinājumi biežāk izmantot **fiziski aktīvus pārvietošanās** veidus - staigāšana, velobraukšana, u.c.
2. Īstenot **pašvaldības līmeņa pasākumus**, kas atklāj **sezonālās atšķirības** fiziskajā aktivitātē – popularizēt katram gadalaikam piemērotas fiziskās aktivitātes.
3. **Vides un infrastruktūras pilnveidošana** fiziskās aktivitātes veicināšanai, kā gājēju ietves, veloceliņi, pastaigu takas, dabas takas, Veselības maršruti, sporta laukumi, utt. To uzturēšana lietošanas kārtībā, labiekārtojums (apgaisojums, tualetes, soliņi, atkritumu konteineri) u.c.
4. Veikt **pētījumus, iedzīvotāju aptaujas pašvaldības līmenī par iedzīvotāju fizisko aktivitāti**, ieskaitot populārākajām fiziskajām aktivitātēm, to regularitāti, motivāciju, fizisko aktivitāti veicinošiem faktoriem un šķēršļiem.
5. Uzlabot **informācijas pieejamību un apriti** par dažādiem nevalstisko organizāciju organizētiem pasākumiem (valsts, reģionālā un vietējā mērogā). Izmantot sociālos tīklus, sekmēt dažādu interešu grupu veidošanos. Regulāri nodrošināt informāciju par vietējām iespējām un resursiem fiziskajām aktivitātēm.
6. Nodrošināt skolēniem **aktivitātes, kas rada prieku, veicina attīstību un ir drošas** - vismaz 60 min dienā. Pamatā aktivitātēm jābūt ar aerobo slodzi + papildus muskuļu spēkam.
7. Īstenot dažādas **sportiskas aktivitātes dažādām mērķa grupām**, kā sporta stundas, sporta dienas, pārgājienus, sacensības par fiziski aktīvāko klasi, vingrošanas pauzes darbavietās, strādājošo sportiskos pasākumus, adaptētas fiziskās aktivitātes personām ar invaliditāti, izveidot vienkāršu un bez maksas pieejamu aktivitāšu programmu nabadzības riskam pakļauto un trūcīgo iedzīvotāju fiziskās aktivitātes sekmēšanai.
8. Nodrošināt par brīvu **pieejamas sporta zāles, un bezmaksas organizētas sporta nodarbības** pēcpusdienās un vakaros, kuras vada sporta instruktors/treneris gan iestādēs, kā bērnudārzi/ skolas-, gan arī pilsētvidē, gan darbavietās. (Rotaļu iespējas bērniem telpās un laukumos u.c.).

# ***Biežākie viedokļi ekspertu vidū (5)– fiziskā aktivitāte***

	1.prioritāte	2.prioritāte	3.prioritāte	4.prioritāte	5.prioritāte
<b><i>Nacionālais līmenis</i></b>	4 aktivitāte - <b>Aptauja</b> (trīs)	2.aktivitāte <b>Nacionāla mēroga sezonālas kampaņas</b> (divi)	6. aktivitāte – <b>Skolu / augstskolu programmās palielināt sporta stundu īpatsvaru</b> (trīs)	8. aktivitāte <b>Fiziskās aktivitātes popularizēšana</b> (divi)	1. aktivitāte <b>Motivēšana ikdienas fiziskajām aktivitātēm</b> (divi)
<b><i>Pašvaldības līmenis</i></b>	3. aktivitāte <b>Vides un infrastruktūras pilnveidošana</b> (divi)	7. aktivitāte- <b>Sportiskās aktivitātes dažādām mērķa grupām</b> (divi)	8. aktivitāte <b>Pieejamība sporta infrastruktūrai un nodarbībām</b> (divi)	2. aktivitāte <b>Pasākumi sezonālu sportisku aktivitāšu popularizēšanai</b> (divi)	

# Atkarības

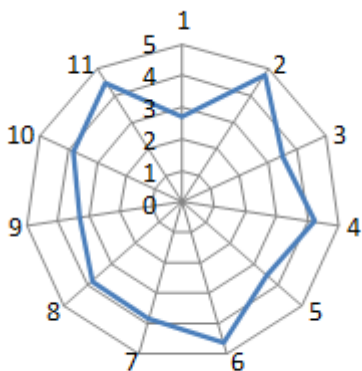


## Nacionālais līmenis

10. aktivitāte (4,5)- Izveidot valsts mēroga elektronisku datubāzi ar labās prakses piemēriem

2. aktivitāte (4,5)- Starpsektoru sadarbības veicināšana, tai skaitā arī ar NVO, pašvaldībām un citiem sektoriem

8. aktivitāte (4,2) - Izstrādāt selektīvās un indikatīvās profilakses programmas nabadzības riskam pakļautiem un trūcīgiem iedzīvotājiem



## Pašvaldības

2. aktivitāte (4,8) - Starpinstitucionālas, starpsektoru komandas izveide pašvaldībā un iesaiste plānošanā un īstenošanā.

6. aktivitāte (4,6) - Īstenot atkarību pazināšanas programmas skolās.

11. aktivitāte (4,5)- Sadarbība starp NVO un pašvaldībām.

# Atkarību profilakses priekšlikumi pašvaldībām

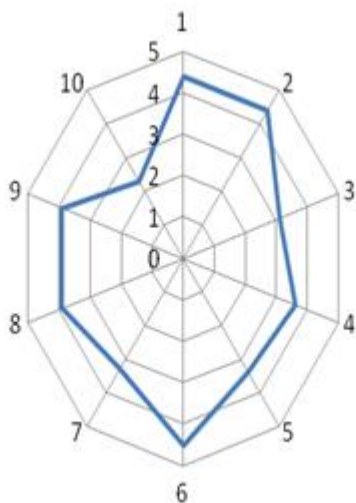
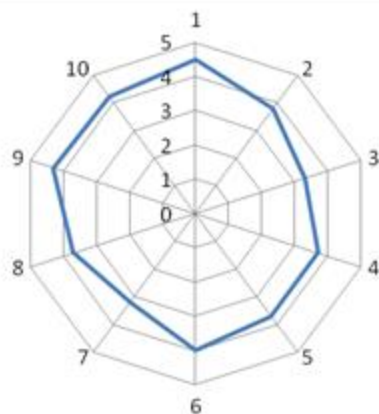
1. **Procesu, tai skaitā azartspēļu, atkarības mazināšanas** programmu izveide un īstenošana dažādām populācijas grupām, dažādās vidēs, ...
2. **Starpinstitucionālas, starpsektoru komandas** izveide pašvaldībā un iesaiste atkarību profilakses darba plānošanā un īstenošanā. **Sadarbības stiprināšana starp NVO un pašvaldībām. Ieviest praksē sistēmu, kā speciālisti - atpazīst un ziņo par bērniem un/ vai viņu vecākiem** ar dažādām atkarībām, īpaši kuri izturas nevērīgi vai vardarbīgi alkoholisma vai vielu lietošanas dēļ. **Pašvaldības policijas izglītošana ....**
3. Ieviest dažādāmjauniešu riska grupām paredzētās programmas dažādu atkarību mazināšanā, nodrošināt atkarīgo personu iesaisti speciālistu apmeklēšanā, veidot vecāku atbalsta grupas. Organizēt **apmācības seminārus ....**
4. **Piesaistīt mobilās vienības** atkarības problēmu risināšanai pašvaldībās, kurās nav attiecīgi speciālisti.
5. **Iesaistīt un apmācīt** pašvaldības mācību **iestāžu jauniešus** un **īstenot vienaudžu izglītošanas programmas ....**
6. Īstenot atkarību pazināšanas programmas skolās. Veidot sadarbību starp skolas vadību, skolotājiem, atbalsta personālu, skolas darbiniekiem, vecāku pārstāvjiem, un skolēniem. Adaptēt standartizēti piedāvāto metodiku .....
7. Organizēt apmācības seminārus ar plašu **pašvaldības darbinieku**, kas iesaistīti atkarības profilaksē iesaisti, tādejādi nodrošinot vispusīgu atkarības profilakses problēmas izpratni un sadarbību vietējā pašvaldībā....
8. **Organizēt tematiskus Dienas centru pasākumus** brīvā laika aktivitātēm, atbalsta grupas un **grupas līdzatkarīgajiem. Ieviest pašvaldībā selektīvās un indikatīvās profilakses** programmu nabadzības riskam pakļautiem un trūcīgiem iedzīvotājiem atkarību (alkohola, smēķēšanas, narkotiku) mazināšanas jomā....
9. Uzlabot **informācijas pieejamību un apriti** pašvaldības iedzīvotājiem un speciālistiem, kuri plāno un īsteno atkarības profilakses programmas...
10. Sniegt informāciju par labās prakses piemēriem elektroniskai veselības veicināšanas pasākumu datu bāzei. Pašvaldības mēroga pasākumiem izmantot standartizētus metodiskos materiālus un piesaistīt sertificētus un apmācītus speciālistus.
11. Sadarboties ar NVO atkarību profilakses programmās.



# *Ekspertu viedoklis (5)- atkarības*

	<i>1.prioritāte</i>	<i>2.prioritāte</i>	<i>3.prioritāte</i>	<i>4.prioritāte</i>	<i>5.prioritāte</i>
<i>Nacionālais līmenis</i>	2.aktivitāte - <b>Starpsektoru sadarbības veicināšana, tai skaitā arī ar NVO, pašvaldībām un citiem sektoriem</b> (2)	4. aktivitāte <b>Valsts līmenī veidot mobilās vienības</b> (2)	8. aktivitāte <b>Izstrādāt selektīvās un indikatīvās profilakses programmas nabadzības riskam pakļautiem</b> (3)	11. aktivitāte <b>Valsts līmenī atbalstīt NVO, kas saistītas ar atkarības profilaksi</b> (2)	10. aktivitāte <b>Izveidot valsts mēroga elektronisku datubāzi ar labās prakses piemēriem</b> (2)
<i>Pašvaldības līmenis</i>	2. aktivitāte <b>Starpinstitucionālās, starpsektoru komandas izveide pašvaldībā un iesaiste plānošanā un īstenošanā.</b> (3)	5. aktivitāte <b>Iesaistīt un apmācīt pašvaldības mācību iestāžu jauniešus un īstenot vienaudžu izglītošanas programmas</b> (2)	4. aktivitāte <b>Piesaistīt mobilās vienības atkarības problēmu risināšanai prioritāte</b> (2)	6.aktivitāte <b>Īstenot atkarību pazināšanas programmas skolās. Veidot sadarbību, Veicināt multiprofesionālas speciālistu komandas izveidi</b> (2)	11.aktivitāte <b>Sadarboties ar NVO atkarību profilakses programmās</b> (2)

# Psihiskā veselība



## Nacionālais līmenis

1.aktivitāte (4,5)- Metodisko materiālu izstrāde bērnu/pusaudžu suicidālās uzvedības agrīnai atpazīšanai un profilaksei

9.aktivitāte (4,3)- Īstenot kampaņu par grūtniecības un pēcdzemdību perioda depresiju

10. aktivitāte (4,2)- Pētījumi par psihisko veselību un riska faktoriem

## Pašvaldības

6.aktivitāte (4,3)- Īstenot programmas / pasākumus par pašnāvību riskiem un to atpazīšanu.

1.aktivitāte (4,4)- Programmas pusaudžu suicidālās uzvedības agrīnai atpazīšanai pēc vienotas metodoloģijas

2.aktivitāte (4,4)- Krīzes, psiholoģiskās palīdzības, medicīnas dienestu un sociālās aprūpes integrētās palīdzības sistēmas īstenošana pašvaldības līmenī

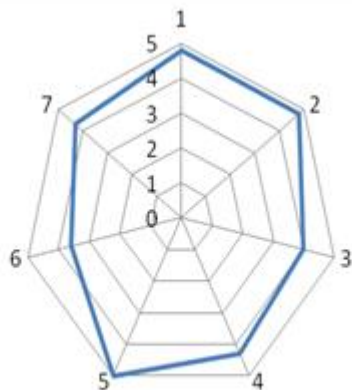
## Aktivitātes pašvaldībās psihiskās veselības jomā

1. **Programmas pusaudžu suicidālās uzvedības agrīnai atpazīšanai pēc vienotas metodoloģijas, risku faktoru novērtēšana un palīdzības īstenošana.** Pašvaldībā strādājošo skolotāju, skolas psihologu, medicīnas māsu, sociālo darbinieku **izglītošana.** Skolēnu un viņu **vecāku izglītošana**
2. **Krīzes, psiholoģiskās palīdzības,** medicīnas dienestu un sociālās aprūpes integrētās palīdzības sistēmas īstenošana pašvaldības līmenī
3. Skolēnu, skolotāju, vecāku, ĢĀ un plašāka sabiedrības **izglītošana pašvaldībā par ēšanas traucējumiem,** to agrīnu atpazīšanu un palīdzības veidiem.
4. Īstenot izglītojošus pasākumus pašvaldību iedzīvotājiem, tai skaitā pasākumus skolās par psihisko veselību, **psihes higiēnu, stresa noturības veicināšanu**..... Nodrošināt pieejamību speciālistiem.
5. Īstenot dažādu pašvaldībā esošu darba devēju, personāla vadītāju un darbinieku izglītošanu par **depresijas un trauksmes pazīmēm un palīdzības veidiem.** Īstenot **psihisko veselību veicinošus** pasākumus ...stresa noturības stiprināšana darbavietās.
6. Īstenot programmas / pasākumus **par pašnāvību riskiem un to atpazīšanu. Nodrošināt sistēmu,** kā pašnāvību mēģinājumi tiek atpazīti un ziņoti. Nodrošināt pašvaldības līmenī krīzes, psiholoģiskās palīdzības un medicīnas dienestu integrētās palīdzības un aprūpes sistēmu. Veidot sadarbību..... **Izglītot vecākus par pašnāvību riskiem** pusaudža vecumposmos. ....
7. Pašvaldībā, sadarbībā ar darba devējiem īstenot pasākumus/programmas par **izdegšanu un tās profilaksi darbavietās,** par stresa mazināšanas paņēmieniem. ....
8. Īstenot programmas senioriem **Veselīgas novecošanas veicināšanai.** .....
9. Pašvaldībās īstenot programmu kampaņu **par grūtniecības un pēcdzemdību perioda depresiju,** tās profilaksi, savlaicīgu atpazīšanu un ārstēšanu. ....
10. Veikt lokālus pētījumus, lai noskaidrotu psihiskās veselības stāvokli, riska faktoros un riska grupas pašvaldībā, kā arī izvērtētu veikto aktivitāšu efektivitāti.

# Aktivitātes pēc to rīcības svarīguma 7 eksperti- psihiskā veselība

	1.prioritāte	2.prioritāte	3.prioritāte	4.prioritāte	5.prioritāte
<b>Nacionālais līmenis</b>	1.aktivitāte <b>Metodisko materiālu izstrāde bērnu/pusaudžu suicidālās uzvedības agrīnai atpazīšanai un profilaksei</b> (2)	6.aktivitāte <b>Sabiedrības informēšanas pasākumi/ kampaņas par pašnāvību riskiem to atpazīšanu. Izveidot atkārtotu pašnāvības mēģinājumu novēršanas sistēmu valstī</b> (2)			2.aktivitāte <b>Krīzes, psiholoģiskās palīdzības, medicīnas dienestu un sociālās aprūpes integrētās palīdzības sistēmas izveide</b> (2)
<b>Pašvaldības līmenis</b>	6.aktivitāte Īstenot programmas / pasākumus <b>par pašnāvību riskiem un to atpazīšanu. Nodrošināt sistēmu, kā pašnāvību mēģinājumi tiek atpazīti un ziņoti</b> (3)	1.aktivitāte <b>Programmas pusaudžu suicidālās uzvedības agrīnai atpazīšanai pēc vienotas metodoloģijas</b> (2)	2.aktivitāte <b>Krīzes, psiholoģiskās palīdzības, medicīnas dienestu un sociālās aprūpes integrētās palīdzības sistēmas īstenošana pašvaldības līmenī</b> (2)	9.aktivitāte Pašvaldībās īstenot programmu kampaņu <b>par grūtniecības un pēcdzemdību perioda depresiju, tās profilaksi, savlaicīgu atpazīšanu un ārstēšanu</b> (2)	

# Seksuāli reproduktīvā veselība

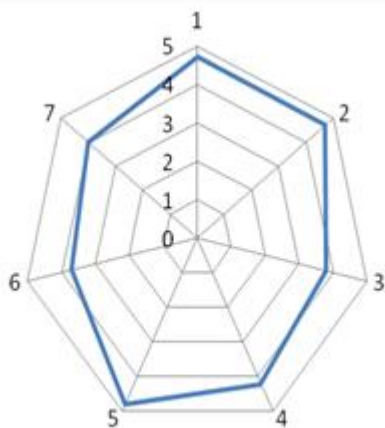


## Nacionālais līmenis

5. aktivitāte- Kompensējamās kontracepcijas nodrošinājums (5 balles)

1. aktivitāte- Valsts līmenī izstrādāt vienaudžu izglītības programmu, lai nodrošinātu metodoloģiski vienotu informāciju. ( 4,8 balles)

2. aktivitāte- Dzimumizglītošanas kvalitātes uzlabošana skolās



## Pašvaldības

5. aktivitāte - Kontracepcijas pieejamības nodrošinājums sociāli nelabvēlīgām grupām (4,8 balles)

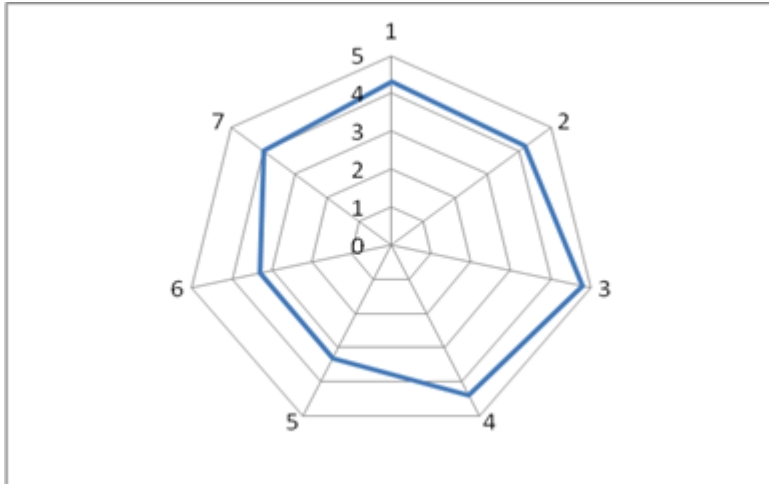
1. aktivitāte- Pašvaldību veselību veicinošajiem koordinatoriem kopā ar jaunatnes centru darbiniekiem īstenot programmas jauniešiem ( 4,7 balles)

2. aktivitāte- Dzimumizglītošanas kvalitātes uzlabošana skolās ( 4,7 balles)

# Ieteikumi pašvaldībām seksuāli reprodūktīvās veselības uzlabošanā

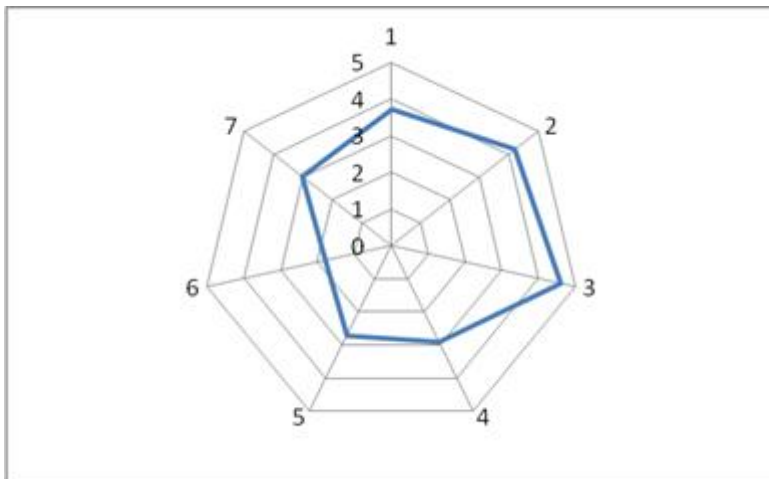
- 1. Pašvaldību veselību veicinošajiem koordinatoriem kopā ar jaunatnes centru darbiniekiem vajadzētu veidot programmas jauniešiem un tās arī īstenot ( ieviest) skolās jaunākā – 5.-6.klašu un vecākā vecuma 9.-10.klašu skolēniem.** Unificētu vadlīniju izstrāde veselību veicinošiem koordinatoriem. Apmācības nodrošināšana .....Starpsektoru sadarbības veicināšana starp pašvaldībām, NVO un veselības pakalpojumu sniedzējiem.
- 2. Dzimumizglītošanas kvalitātes uzlabošana skolās – īstenot pedagogu apmācības programmu.** Regulārs apmācību izgājušo pedagogu monitorings. Sadarbība pašvaldības līmenī veidojot multiprofesionālu speciālistu komandu ....
- 3. Radīt informatīvu nodrošinājumu CPV vakcinācijas nozīmei un pieejamībai pie ģimenes ārstiem pašvaldību teritorijas.**
- 4. Ieviest praksē sistēmu riska grupu atpazīstamībai un aizsniedzamībai pašvaldību teritorijās.** Starpsektoru sadarbības nodrošināšana, izstrādāto profilakses programmu realizācijai.
- 5. Kontracepcijas pieejamības nodrošinājums sociāli nelabvēlīgām grupām.** Kampanjas, kurās šīs grupas tiek informētas par viņu iespējām
- 6. Jauniešiem draudzīgu veselības pakalpojumu nodrošināšana pašvaldību teritorijās.** Pieeja valsts mēroga elektroniskai datu bāzei ar: Labas prakses piemēriem, Jauniešiem draudzīgu pakalpojumu sniedzējiem. Apmaksātas kontracepcijas gadījumā datu bāze par kontracepcijas pieejamību. Izglītojošu kampanju nodrošināšana sociālos tīklos, ko izmanto jaunieši ( pētījuma rezultāti)
- 7. Izmantot pētījuma rezultātus pašvaldības līmeņa veselības veicināšanas programmu plānošanā**

# Infekcijas slimības



## Nacionālais līmenis

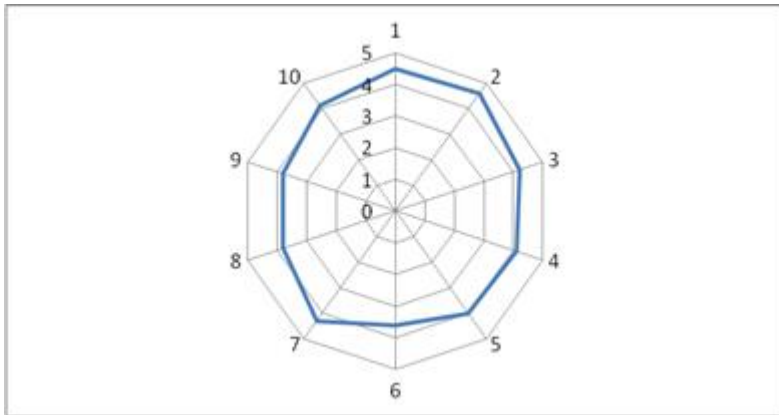
3. aktivitāte - (4,8) HIV infekcijas izplatības ierobežošana
4. aktivitāte (4,4) Hepatītu izplatības ierobežošana
1. aktivitāte (4,3) Imunizācijas līmeņa paaugstināšana



## Pašvaldības

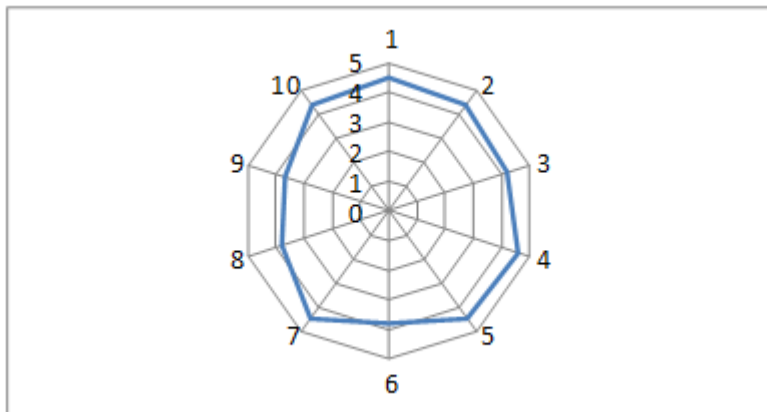
3. aktivitāte - (4,6) HIV infekcijas izplatības ierobežošana
2. aktivitāte - (4,2) Vakcinācijas nozīme cilvēku apziņā
1. aktivitāte (3,7) Imunizācijas līmeņa paaugstināšana

# Traumas un vardarbība



## Nacionālais līmenis

- 2. aktivitāte- (4,6) kampaņas sezonālo traumu mazināšanai
- 1. aktivitāte- (4,5) Vecāku izglītošanas kampaņas par bērnu traumu
- 7. aktivitāte- (4,3) Drošība uz ceļiem



## Pašvaldības

- 4. aktivitāte (4,6) Vardarbības mazināšana
- 1. aktivitāte (4,5) Izglītojošas programmas vecākiem par bērnu traumu
- 5. un 7. aktivitāte (4,5) – Drošība uz ceļiem/ Sporta un atpūtas traumu mazināšana



# Prioritātes ( 10 eksperti)

	<i>1.prioritāte</i>	<i>2.prioritāte</i>	<i>3.prioritāte</i>	<i>4.prioritāte</i>	<i>5.prioritāte</i>
<b><i>Nacionālais līmenis</i></b>	10. aktivitāte <b>Ziņošanas sistēmas uzlabošana/ pētījums</b> (3eksperti)	2. aktivitāte <b>Sezonālo traumu mazināšana</b> (4)	4. aktivitāte <b>Vardarbības mazināšana</b> (3)	1. aktivitāte <b>Bērnu traumu mazināšana</b> (4)	9. aktivitāte <b>Saindēšanās profilakse</b> (2)
<b><i>Pašvaldības līmenis</i></b>	1. aktivitāte <b>Bērnu traumu mazināšana</b> (4)	2. aktivitāte <b>Sezonālo traumu mazināšana</b> (3)	4. aktivitāte <b>Vardarbības mazināšana</b> (3)	8. aktivitāte <b>Senioru kritienu profilakse</b> (4)	3. aktivitāte <b>Rīcība un zināšanas pirmās palīdzības sniegšanā</b> (3)

# **Darba grupas izstrādātie priekšlikumi trīs valsts mēroga intervenču aktivitātēm septiņās veselības veicināšanas pasākumu jomās**

- Aktivitāte
- Mērķis
- Pasākums/i
- Pasākuma uzdevums/i
- Sasniedzamie rezultāti
- Mērķa grupas
- Izpildītāji
- Komentāri

**Paldies!**

Lai mums visiem veicas ar darbiem!