



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Veselības veicināšanas vadlīnijas pašvaldībām

Ilze Straume,
Veselības ministrijas
Sabiedrības veselības departamenta
Veselības veicināšanas nodaļas vadītāja



Veselības veicināšana

- ✓ process, kas rada iespēju katram cilvēkam pastiprināt kontroli pār savu veselību un uzlabot to;
- ✓ ekonomiski izdevīgākais un efektīvākais veids slimību cēloņu novēršanā, nepieļaujot slimību rašanos, veicinot iedzīvotājus uzņemties atbildību par savu veselību;



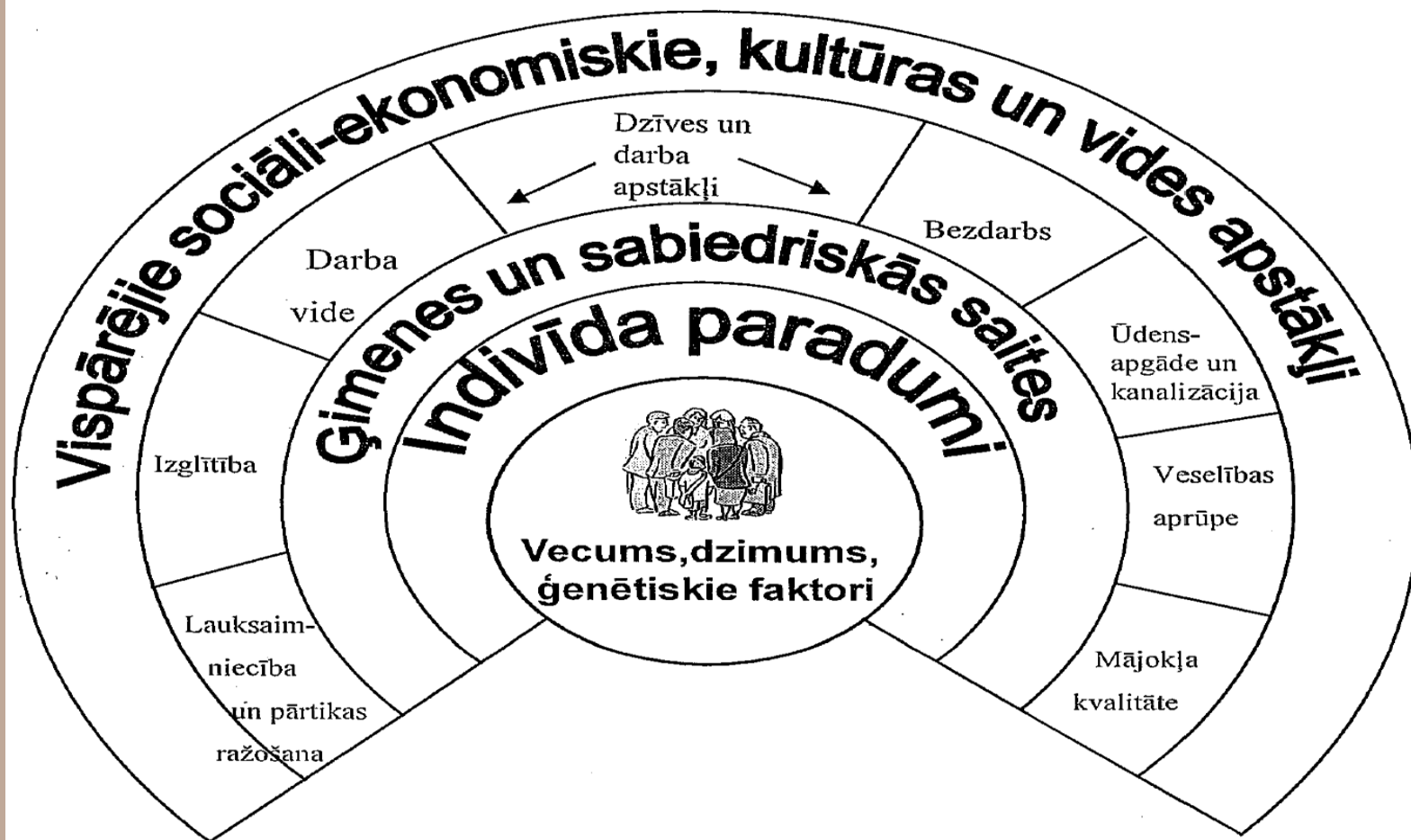
Veselības veicināšana

- ✓ pasākumi, kas ietver konsultācijas, informācijas izplatīšanu, izglītošanu, personisko iemaņu attīstīšanu, dzīvesveida un paradumu maiņas veicināšanu, lai uzlabotu sabiedrības veselības stāvokli;
- ✓ veselības veicināšanas pasākumi vienmēr tiek vērsti uz sabiedrību kopumā vai kādu tās grupu, bet ne uz atsevišķu indivīdu.



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Veselību ietekmējošie faktori



Dahlgren un Whitehead, 1991



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Veselība visās politikās





LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Partneri veselības veicināšanā

Pašvaldība

Iestādes un
organizācijas



Privātais sektors

Sabiedrība



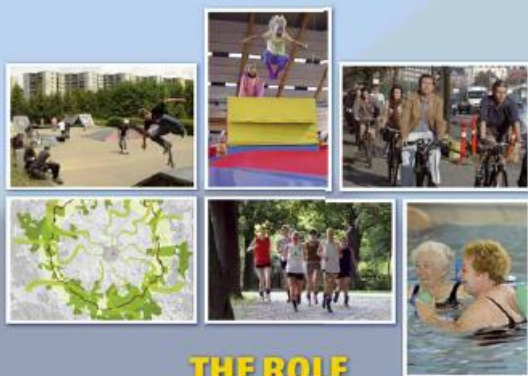
LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Healthy People in Healthy Communities

A Community Planning Guide Using
Healthy People 2010

THE SOLID
FACTS

**Promoting physical
activity and active
living in urban
environments**



**THE ROLE
OF LOCAL
GOVERNMENTS**



EUROPE



Healthy Municipalities & Communities

Mayors' Guide for Promoting Quality of life



HEALTHY



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Vadlīniju mērķis

Sniegt pašvaldībām atbalstu
zinātniski pamatotas informācijas veidā,
lai tās varētu realizēt funkciju
– veicināt iedzīvotāju veselību
un tādējādi:

1. saglabātu pašvaldības iedzīvotāju veselību un palielinātu veselīgo dzīves gadu un mūža ilgumu pašvaldības iedzīvotājiem,
2. samazinātu un novērstu nevienlīdzības veselībā.



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Veselības veicināšanas vadlīniju galvenās jomas

1. Fiziskās aktivitātes
2. Uzturs
3. Atkarību profilakse
4. Ģimenes veselība (traumatisma profilakse, infekciju slimību profilakse, mutes veselība, reproduktīvā veselība)





LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Galvenās mērķgrupas vadlīnijās

Pirmsskolas vecuma un skolas vecuma bērni

- Mērķis: veidot bērnos un jauniešos pozitīvu attieksmi un izpratni par veselīgu dzīvesveida nozīmi un labu veselību kā vērtību

Pieaugušie

- Mērķis: attīstīt veselīgu darba un sociālo vidi



Galvenās mērķgrupas vadlīnijās

Jaunās māmiņas un jaunās ģimenes

- Mērķis: grūtniecēm un jaunajiem vecākiem veselīgas un atbalstošas vides veidošana

Veci cilvēki (pēc 65 g.v.)

- Mērķis: veicināt gados vecāku cilvēku aktīvu iesaistīšanos kopienas aktivitātēs un pēc iespējas pilnvērtīgi pavadīt vecumdienas



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

PIEMĒRI VESELĪBU VEICINOŠĀM AKTIVITĀTĒM



Uzturs



1. Kafejnīcu un pārtikas produktu tirdzniecības automātu darbība izglītības iestādēs.
2. Iepirkumu par ēdināšanas pakalpojumu sniegšanu izglītības iestādēs kvalitātes uzlabošana un pilnveidošana.
3. Rudens talkas, augļu un dārzeņu novākšana pie vietējiem ražotājiem, zemniekiem.



Fiziskās aktivitātes



1. Izglītības iestāžu sporta infrastruktūras (sporta zāles, stadioni, laukumi) un pieejamības attīstīšana ārpusstundu laikā.
2. Gājēju celiņu, pastaigu taku labiekārtošana, riteņbraucēju celiņu, taku/velomaršrutu attīstīšana.
3. „Pastaigas autobusa” iniciatīva – pirmskolas izglītības iestāžu un jaunāko klašu bērni dodas uz skolu/pirmsskolas izglītības iestādi kājām, kāda pieaugušā pavadībā.



Atkarības



1. Papildus smēķēšanas aizliegumu noteikšana, lai ārstniecības iestādēs un to teritorijās pilnībā tiktu izskausta smēķēšana.
2. Sadarbību ar pašvaldības policiju veicināšana, organizējot regulārus reidus jauniešu izklaides vietās, pārtikas un alkoholisko dzērienu veikalos.
3. Atļauju kazino, spēļu zāles vai bingo zāles atvēršanai neizsniegšana, neļaujot organizēt attiecīgās azartspēles konkrētajās telpās.



Traumatisms



1. Pirmās palīdzības sniegšanas pamatu apgūšanas un zināšanu atjaunošanas veicināšana dažādās iedzīvotāju vecuma grupās.
2. Sadarbība ar pašvaldības teritorijā esošo kalnu slēpošanas bāzēm, lai nodrošinātu aizsargķiveru pieejamību un apmeklētāju izglītošanu par to nepieciešamību.
3. Pašvaldības teritorijā esošo peldvietu labiekārtošana un uzraudzība.
4. Saistošo noteikumus izstrāde, lai regulētu mājdzīvnieku turēšanas un reģistrācijas kārtību.



Infekciju slimības



1. Ērcēm labvēlīgas dzīves vides samazināšana, regulāra mežu tīrīšana no kritušiem kokiem un pameža, regulāra pļavu izpļaušanu, nokritušo lapu savākšana.
2. Pasākumu organizēšana un atbalstīšana, lai veicinātu iedzīvotāju atbildību par mājdzīvniekiem, administratīvi un sociāli ierobežojot iespēju pamest mājdzīvniekus, kā arī vest pastaigā lielus suņus bez pavadas.
3. Izglītojošais darbs izglītības iestādēs, pieaicinot speciālistus, kas runātu par akūtu zarnu infekciju profilakses pamatprincipiem, higiēnas prasību ievērošanas nozīmi, semināru organizēšana izglītības iestāžu darbiniekiem.

Diena	Idejas aktivitātēm
4.februāris Pasaules vēža diena	Iespēja aktualizēt Valsts organizēto vēža skrīninga programmu (dzemdes kakla, krūts vēža, kolorektālā vēža) un iespējas to izmantot. Noderīgas saites: ✓ http://www.vm.gov.lv/?id=409&top=121 ✓ http://www.vnc.gov.lv/lat/veseliba/veza_skrinings/ ✓ http://www.vnc.gov.lv/files/MK_1046_grozijumi_37_piel.pdf
5.maijs Pasaules sporta diena	Iespēja aktualizēt fiziski aktīva dzīves veida nozīmi, organizējot dažādas sportiskas aktivitātes novada iedzīvotājiem (sporta dienas, sacensības, nūjošanas grupas u.c.). Centieties attīstīt „sports visiem” ideju. Noderīgas saites: ✓ http://www.sportsvisiem.lv/news.php
12.maijs Starptautiskā zīdīšanas veicināšanas diena	Apsveriet iespējas organizēt informatīvas tikšanās topošajām un jaunajām māmiņām ar speciālistiem (zīdīšanas konsultanti, vecmātes, ginekologi, pediatri) par zīdīšanas, sievietes un bērna veselības jautājumiem. Noderīgas saites: ✓ http://lv.kkm.lv/ ✓ http://www.vi.gov.lv/lv/sakums/publikacijas-un-statistika/informativi-izdevumi/gimenes-veselibas-abece



Pašvaldības ieguvumi no veselības veicināšanas

1. piederības sajūtas attīstīšana vietējos iedzīvotājos (grupas identitāte);
2. vairojas vietējās sabiedrības uzticība pašvaldībai;
3. iedzīvotāji apzinās rīcības iespējas mainīt vidi sev apkārt;
4. iedzīvotājiem kļūstot veselīgākiem un mainot dzīvesveida paradumus, samazinās slimību biežums un palielinās paredzamais mūža ilgums;
5. ilgtermiņā - arī finansiāli ieguvumi (netiek kavēts darbs, skola, utml.);



Pašvaldības ieguvumi no veselības veicināšanas

6. pašvaldības iegūst veselīgākus iedzīvotājus un darbiniekus;
7. samazinās gaisa piesārņojums un troksnis, ir vieglāk pieejamas zaļās zonas;
8. pašvaldības kļūst pievilcīgas citu pašvaldību iedzīvotāju (iespējamo Jūsu pašvaldības iedzīvotāju), jauna biznesa uzsācēju un viesu acīs;
9. “labās prakses piemērs” – atpazīstamība, pozitīvs publiskais tēls.



Kas ir veselīga kopiena (pašvaldība)?

Veselīga pašvaldība ir tā, kura saprot, ka veselība nav tikai slimību neesamība; veselīga pašvaldība iekļauj tos faktorus, kas cilvēkiem dod iespēju uzturēt augstu dzīves kvalitāti un produktivitāti.

Piemēram:

1. Veselīgā pašvaldībā visiem iedzīvotājiem ir pieejami veselības veicināšanas pakalpojumi.
2. Veselīgā pašvaldībā ir skolas, rotaļu laukumi, ceļi un citas lietas, kas pašvaldības iedzīvotājiem ir nepieciešamas (t.s. infrastruktūra).
3. Veselīgā pašvaldībā ir veselīga un droša vide.



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Paldies par uzmanību!

