



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# **NVPT darbs 2014. gadā. Aktualitātes 2015**

**Solvita Kļaviņa-Makrečka**

***Mg.Sc.Sal.***

Slimību profilakses un kontroles centra  
Veselības veicināšanas departaments



Nodaļas vadītāja

Solvita.klavina@spkc.gov.lv

2015.gada 18.maijs



# NACIONĀLAIS VESELĪGO PAŠVALDĪBU TĪKLS

-  - Pašvaldība, kurā ir deleģēta kontaktpersona veselības veicināšanas jautājumos
-  - Pašvaldība ir Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla dalībniece





Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# SPKC plānotās aktivitātes 2015. gadā

*2015. – Onkoloģisko slimību gads*

## Sabiedrības informēšanas kampaņas

- Atkarību profilakse
- Bērnu zobu un mutes veselība
- Sirds un asinsvadu slimību riska faktori
- Fizisko aktivitāšu veicināšana dažādām iedzīvotāju grupām
- Garīgās veselības jautājumi

## VV izglītojošie pasākumi

- Mutes veselība bērniem (sākumskolas un pirmsskolas). Pieteikšanās [projekts@tirizobi.lv](mailto:projekts@tirizobi.lv)
- Par smēķēšanas kaitīgumu un neuzsākšanu;
- Topošajiem un jaunajiem vecākiem par zīdīšanu;

## Mācību filmas

- Iecietības un emocionālās labklājības veicināšana skolas vidē
- Par personīgo higiēnu pirmsskolas un sākumskolas vecuma bērniem

## Informatīvie materiāli



Slimību profilakses un  
kontrolēs centrs

[www.draugiem.lv/sveiksunvesels](http://www.draugiem.lv/sveiksunvesels)

[www.pasivasmekesana.lv](http://www.pasivasmekesana.lv)

[www.nenoversies.lv](http://www.nenoversies.lv)

[www.grutnieciba.lv](http://www.grutnieciba.lv)

[www.atkaribas.lv](http://www.atkaribas.lv)

[www.tirizobi.lv](http://www.tirizobi.lv)

[Twitter: twitter.com/SPKCentrs](https://twitter.com/SPKCentrs)

[Facebook: facebook.com/SPKCentrs](https://facebook.com/SPKCentrs)

[Youtube: Slimību profilakses un kontrolēs centrs](https://youtube.com/Slimību%20profilakses%20un%20kontrolēs%20centrs)

• [www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv)

The screenshot shows the website of the Slimību profilakses un kontrolēs centrs (SPKC). The main heading is "SLIMĪBU PROFILAKSES UN KONTROLES CENTRS". Below it, there is a news article titled "Soruden iedzīvotājus igrītos par sirds un asinsvadu slimību simptomiem un sirdij veselīgu uzturu". The article text mentions that on September 29, the National Stroke Day, the SPKC organized an information campaign "MI savu sirdi" in cooperation with the Ministry of Health. The campaign aims to raise awareness about stroke symptoms and prevention. A press conference was held on September 29 at 11:30 AM. The website also features a sidebar with a navigation menu and a footer with the SPKC logo and contact information.





Slimību profilakses un  
kontroles centrs

## **Veselību veicinošo skolu tīkls**



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Vēsturiski

1991.gads - uzsākts Eiropas Komisijas, Pasaules Veselības organizācijas un Eiropas Padomes Veselību veicinošo skolu projekts (Čehijā, Ungārijā, Polijā un Slovākijā)

**Projekta mērķis:** skolās radīt veselību veicinošu vidi  
**Veselības veicināšana skolā** - jebkura skolā īstenota aktivitāte, kas tiek veikta, lai uzlabotu un/vai aizsargātu veselību.

1993.gads – projektā iesaistās Latvija (10 pilotskolas).

2007.gads – Veselību veicinošo skolu kustībā iesaistījušās 150 skolas no visas Latvijas. Izveidoti 4 reģionālie metodiskie centri (Brocēnos, Kalnciemā, Krimuldā un Daugavpilī).



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

## Veselību veicinošo skolu kustības atjaunošana

**Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2014.-2020.gadam** nosaka attīstības mērķus sabiedrības veselības jomā un rīcības virzienus šo mērķu sasniegšanai.

Viens no pasākumiem - atjaunot Veselību veicinošo skolu kustību un aktivizēt skolas iesaistīties kustībā (atbildīgā institūcija – Slimību profilakses un kontroles centrs).

Sasniedzamais rezultāts: līdz 2020.gadam Veselību veicinošo skolu kustībā iesaistījušās 15% skolu.





Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Nacionālā Veselību veicinošo skolu tīkla mērķis:



apvienot skolas, kas veselības veicināšanu skolā redz kā vienu no skolas darbības mērķiem



dot iespēju skolām dalīties pieredzē un gūt jaunas idejas par veselības veicināšanas praksi skolās



atbalstīt skolas veselību veicinošu aktivitāšu īstenošanā



veicināt skolēnu un skolas darbinieku veselību



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Veselību veicinošo skolu tīkls



Metodisks  
atbalsts

SPKC  
organizēti  
veselības  
veicināšanas  
pasākumi

Pieredzes  
apmaiņa

Izglītības iestāžu  
lomas stiprināšana  
skolēnu veselības  
veicināšanā

Semināri un  
apmācības  
Pedagogiem  
u.c.

Instrumenti Valsts  
veselības  
veicināšanas  
politikas ieviešanā



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Kādi ir kritēriji dalībai VVS tīklā?

- 1) **Pamata kritēriji** - obligāti izpildāmi 8 kritēriji, lai iegūtu VVS statusu.
- 2) **Dalības kritēriji** - 10 papildus kritēriji, kuri vērš uzmanību uz galvenajiem risināmajiem jautājumiem un iezīmē īstenojamās aktivitātes.

Dalības kritēriji ietver 4 darbības jomas:



# Pamata kritēriji

(obligāti izpildāmi, lai iegūtu Veselību veicinošas skolas statusu)

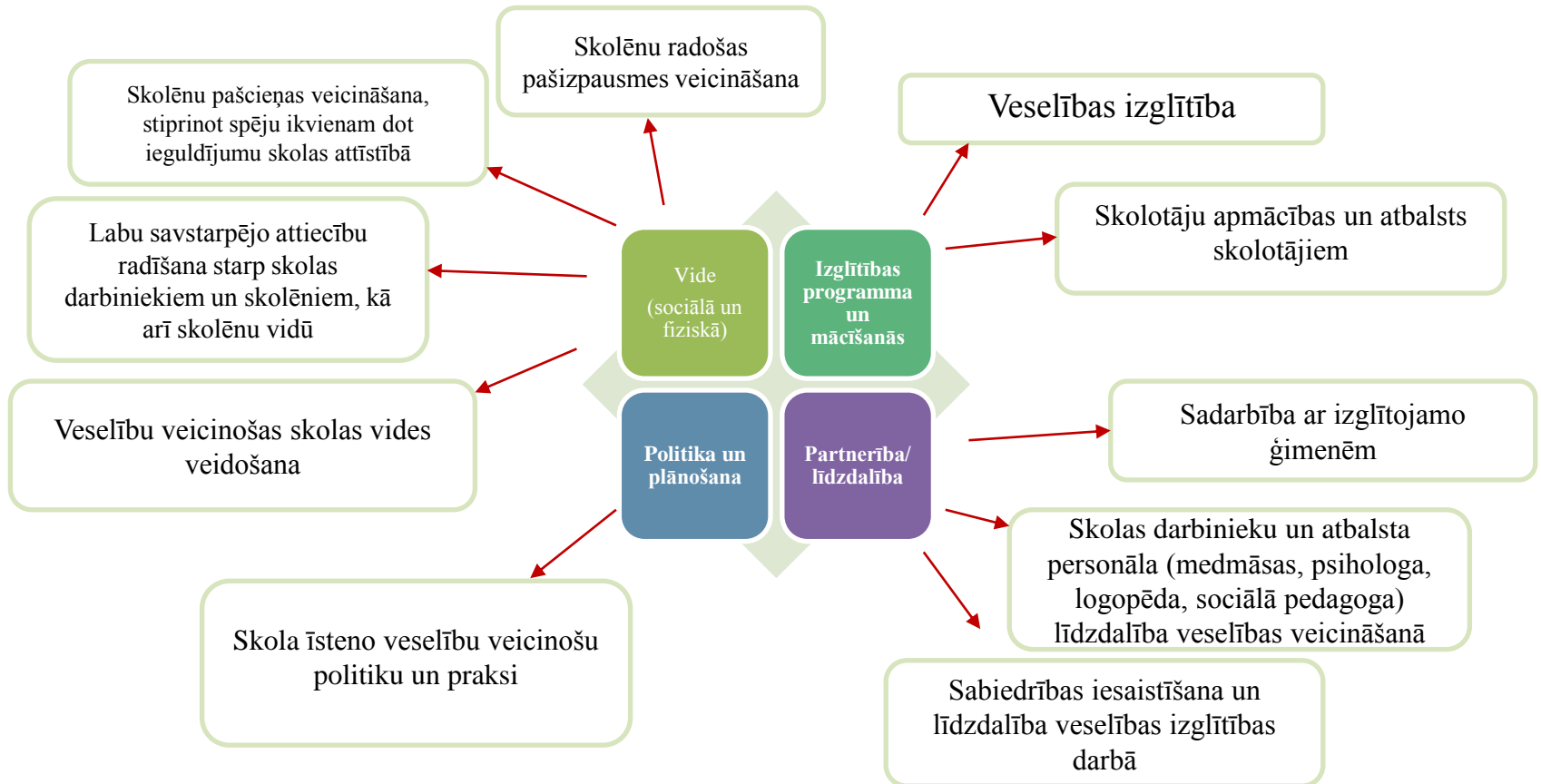
Nr. p. k.	Kritērijs
1.	Skolas attīstības plānošanā ir iekļauts veselības mērķis, kā arī definēti uzdevumi skolai svarīgu/nozīmīgu veselības problēmu risināšanai (piemēram, atkarību izraisošo vielu lietošanas ierobežošana, vardarbības atpazīšana, mazināšana u.c.).
2.	Skolēniem un skolotājiem ir nodrošināta iespēja saņemt atbalstu (skolā, pašvaldībā) fiziskas un emocionālas vardarbības gadījumā.
3.	Skola sadarbojas ar vecākiem un vecāki tiek iesaistīti skolas veselību veicinošajos pasākumos.
4.	Skola veicina skolēnu iesaistīšanos ar fizisko aktivitāti saistītā interešu izglītībā vai profesionālās pilnveides izglītībā, kura ir saistoša gan meitenēm, gan zēniem.
5.	Skolā 1.-9.klasēm tiek organizētas „dinamiskās pauzītes” (īsi pārtraukumi 2-5 minūšu garumā mācību stundas laikā, lai veiktu vingrojumus stājas uzlabošanai un noguruma mazināšanai).
6.	Skola piedalās vismaz vienā no programmām „Skolas piens” un/vai „Skolas auglis”.
7.	Ēdnīcā, kafējnīcā, pārtikas produktu tirdzniecības automātā, kas atrodas skolā un skolas teritorijā, ir iespējams iegādāties veselīgus pārtikas produktus (augļus un/vai dārzeņus un/vai pienu ar samazinātu tauku saturu un bez pievienota cukura, saldinātājiem un/vai augļu sula) <i>(kritērijs attiecas tikai uz tām skolām, kurās notiek pārtikas produktu tirdzniecība)</i> .
8.	Vidusskolas skolēni apgūst mācību priekšmetu „Veselības mācība” <i>(kritērijs attiecas tikai uz vidusskolām)</i>



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Dalības kritēriji

Ietver 4 darbības jomas, vērš uzmanību uz galvenajiem risināmajiem jautājumiem.





Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Kā iestāties Nacionālajā Veselību veicinošo skolu tīklā?

1. Skola izveido *Veselību veicinošās skolas padomi*, kura uzraudzīs pamata un dalības kritēriju ieviešanu skolā. Padomes sastāvā iekļauj:

- direktoru,
- Veselību veicinošās skolas koordinators,
- vecāku pārstāvi,
- skolēnu pārstāvi.

2. Aizpilda pieteikuma formu dalībai tīklā, sniedzot ziņas par skolu, norādot uz doto brīdi īstenotās aktivitātes skolā un izvēlētos prioritāros *Dalības kritērijus* un plānotās aktivitātes to īstenošanai.

3. Aizpildīto pieteikuma formu iesniedz **Nacionālās Veselību veicinošo skolu tīkla padomes sekretariātā elektroniski, nosūtot uz e-pastu: [veseligaskola@spkc.gov.lv](mailto:veseligaskola@spkc.gov.lv).**



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Kas notiek tālāk?

## Slimību profilakses un kontroles centrs



Reģistrē skolas pieteikumu un iekļauj  
skolu tīklā iesaistīto izglītības iestāžu  
sarakstā



Organizējot veselības veicināšanas  
pasākumus (izglītojoši pasākumi,  
semināri, domapmaiņu pēcpusdienas  
u.c.), piedāvā tos realizēt Tīklā  
iesaistītajās skolās. Piedāvā  
informatīvus materiālus par dažādām  
veselības tēmām.

## SKOLA



Strādā pie pamata kritēriju izpildes, īsteno  
prioritāro dalības kritēriju aktivitātes,  
saņemot Slimību profilakses un kontroles  
centra atbalstu veselību veicinošo  
aktivitāšu īstenošanā

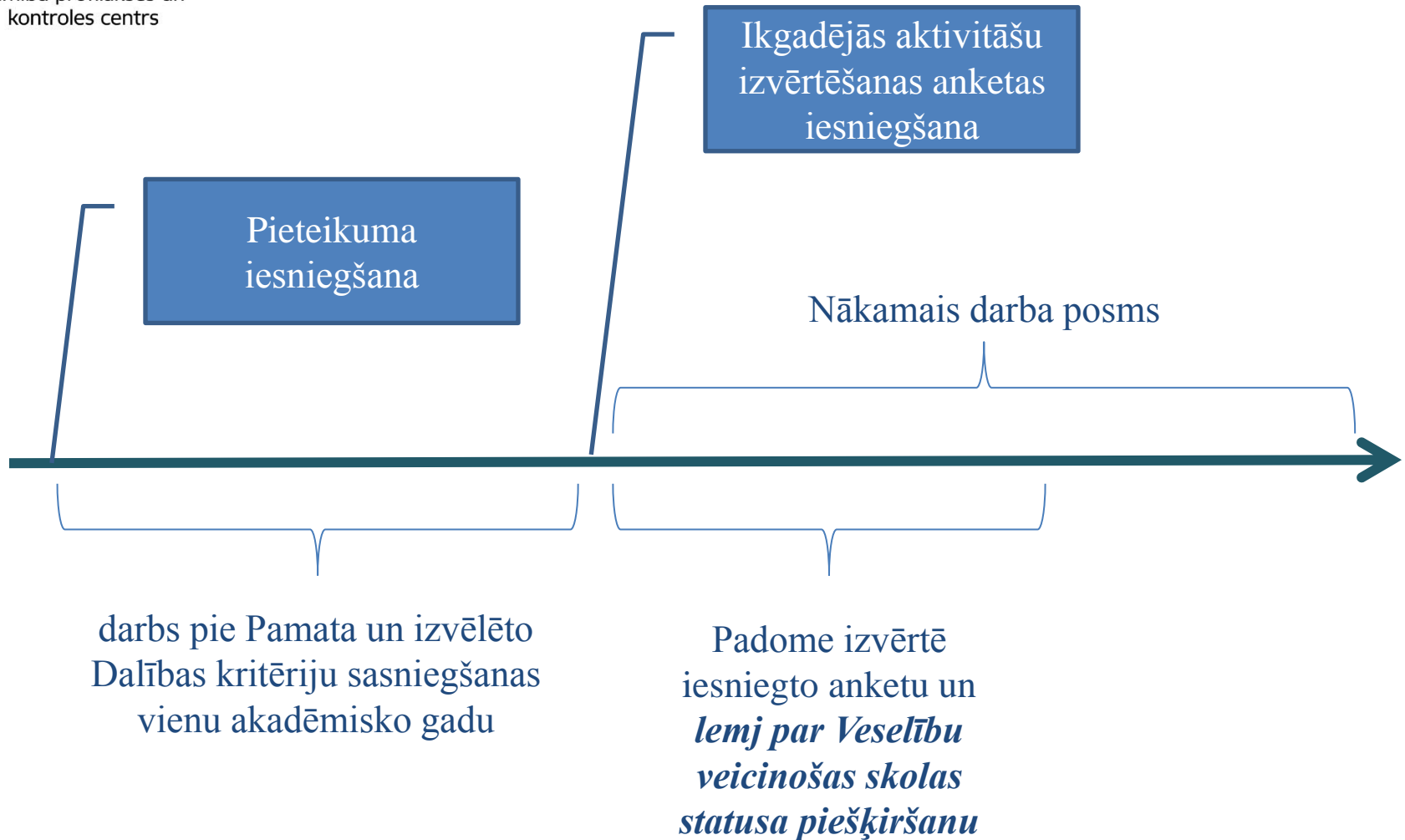


Mācību gada beigās (līdz 30.jūnijam)  
aizpilda *Ikgadējo aktivitāšu izvērtēšanas  
anketu* un iesniedz to elektroniski, nosūtot  
uz e-pastu: [veseligaskola@spkc.gov.lv](mailto:veseligaskola@spkc.gov.lv)



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Veselību veicinošas skolas statusa piešķiršana







Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# Skolas ieguvumi, īstenojot veselību veicinošu politiku:

- ! Veselīgāki skolēni un skolas personāls
- ! Labāki sasniegumi mācībās
- ! Labāka skolēnu veselības aprūpe
- ! Labāka atmosfēra skolā
- ! Skolas darbība ir efektīvāka
- ! Labāks skolas tēls



Slimību profilakses un  
kontrolē centrs

## Uz 18.05.2015. saņemti pieteikumi no 41 skolas

Aizkraukles novads	2
Amatas novads	1
Balvu novads	1
Bauskas novads	1
Beverīnas novads	1
Brocēnu novads	1
Carnikavas novads	1
Daugavpils	5
Daugavpils novads	1
Engures novads	2
Gulbenes novads	2
Inčukalna novads	1
Jaunpiebalgas novads	1
Jelgava	1
Jelgavas novads	2
Jūrmala	1
Kārsavas novads	1
Krimuldas novads	1
Kuldīga	1
Liepāja	2
Mārupes novads	1
Mālpils novads	1
Ogres novads	1
Rēzekne	1
Rīga	2
Salacgrīvas novads	1
Skrundas novads	1
Stopiņu novads	1
Talsu novads	1
Valmiera	1
Viļānu novads	1



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

[www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv)



Slimību profilakses un kontroles centrs

Aktualitātes

Par mums

Kontakti

Latvijas prezidentūra ES  
Padomē 2015

▶ Veselības veicināšana

Sadarbība ar pašvaldībām  
veselības veicināšanā

▶ **Nacionālais Veselību  
veicinošo skolu tīkls Latvijā**

Veselību veicinošās  
skolas

NVVST padome

Kā iestāties NVVST

NVVST veidlapas

Kritēriji dalībai NVVST

Vadlīnijas par veselības  
veicināšanu

Tematiskās veselības dienas  
pasaulē

Tavai veselībai

Bērnu drošība

## Nacionālais Veselību veicinošo skolu tīkls (NVVST) Latvijā

Lai sekmētu Sabiedrības veselības pamatnostādņēs 2014.–2020.gadam izvirzīto mērķu īstenošanu un veicinātu izglīdētājus skolēnu un skolas darbinieku veselības veicināšanā, Slimību profilakses un kontroles centrs sadarbībā ar Veselības, Izglītības un zinātnes ministriju, Izglītības kvalitātes valsts dienestu, Valsts izglītības satura centru, Latvijas Pašvaldību Latvijas Vecāku forumu un Pasaules Veselības organizācijas pārstāvniecību Latvijā ir uzsācis darbu pie Veselību veicināšanas iniciatīvas atjaunošanas Latvijā un ir izveidojis konsultatīvu institūciju – Nacionālo Veselību veicinošo skolu tīkla padomi.

Padomes mērķis ir veicināt Nacionālā Veselību veicinošo skolu tīkla (turpmāk tekstā – Tīkls) izveidošanu, attīstīšanu, sadarbību un monitoringu Latvijā, balstoties uz Pasaules Veselības organizācijas (turpmāk – PVO) dokumentiem un Veselību veicinošo skolu tīkla izveidošanu, un sekmēt PVO „Eiropas Veselības stratēģijas Veselība 2020” (saite uz dokumentu) izvirzīto mērķu īstenošanu.

Nacionālā Veselību veicinošo skolu tīkla mērķis ir apvienot skolas, kas veselību veicinošu skolas vidi redz kā vienotības mērķi, dodot tām iespēju dalīties pieredzē un gūt jaunas idejas par veselības veicināšanas praksi skolās, veselību veicinošu aktivitāšu īstenošanā un, integrējot veselību veicinošas aktivitātes skolas ikdienas darba un mācīšanās veicināt skolēnu un skolas darbinieku veselību.

Dalība tīklā ir brīvprātīga. Tajā iesaistīties var *ikviens vispārējās vai profesionālās izglītības iestāde, kura īsteno pamatizglītības programmu* (turpmāk – skola) un kura vēlas īstenot veselības veicināšanas pasākumus, aizpilda pieteikuma anketu un apņemas sadarboties ar veselību veicinošām skolām noteikto kritēriju izpildes.

### Lai kļūtu par Nacionālā Veselību veicinošo skolu tīkla dalībnieci, skolai ir:

1. Jāizveido Veselību veicinošās skolas padome (to var integrēt Skolas padomes sastāvā, ja tāda jau ir izveidota un iekļaujot tās sastāvā skolas direktoru, no sava vidus deleģēto Veselību veicinošās skolas koordinatore, vecāku pārstāvi.



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# NVPT ikgadējās novētēšanas anketas

Iesniegšanas termiņš: 2015.gada **1.marts(!)**

Saņemtas: **33 anketas**



Aktīva sadarbība ar vietējiem NVO un uzņēmējiem

Regulāras apmācības pašvaldību darbiniekiem (55% respondentu)

Veselības un veselības veicināšanas mērķi pašvaldības politikas plānošanas dokumentos (86% respondentu, 34% respondentu – atsevišķs plāns veselības veicināšanas jautājumos)

Attīstīts lokālais informācijas izplatīšanas mehānisms



Pašvaldības starpsektoru komisijas sanāksmes (32% nav notikušas)

NVPT koordinators noslodze pamatdarba pienākumos

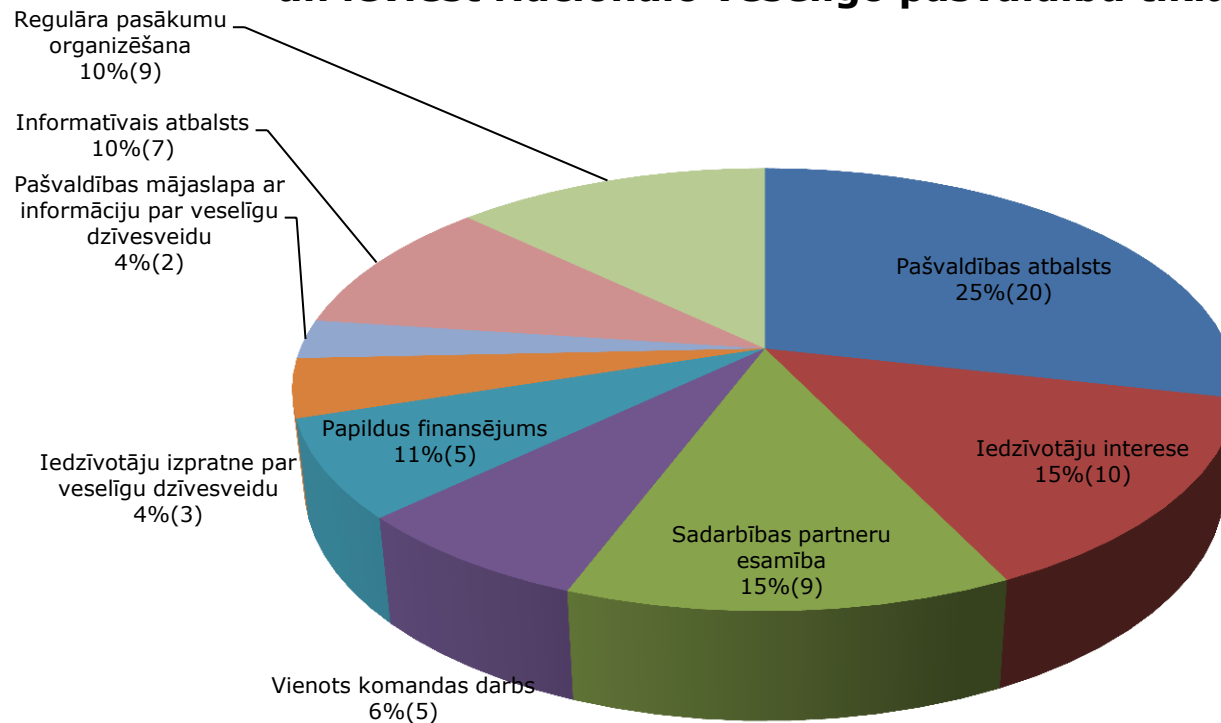
Sabiedrības veselības rādītāju analīze pašvaldības līmenī (nav veikta 56% gadījumu)



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# NVPT ikgadējās novētēšanas anketas

## Biežāko minētie veiksmes faktori, kas palīdzēja īstenot un ieviest Nacionālo veselīgu pašvaldību tīkla kritērijus

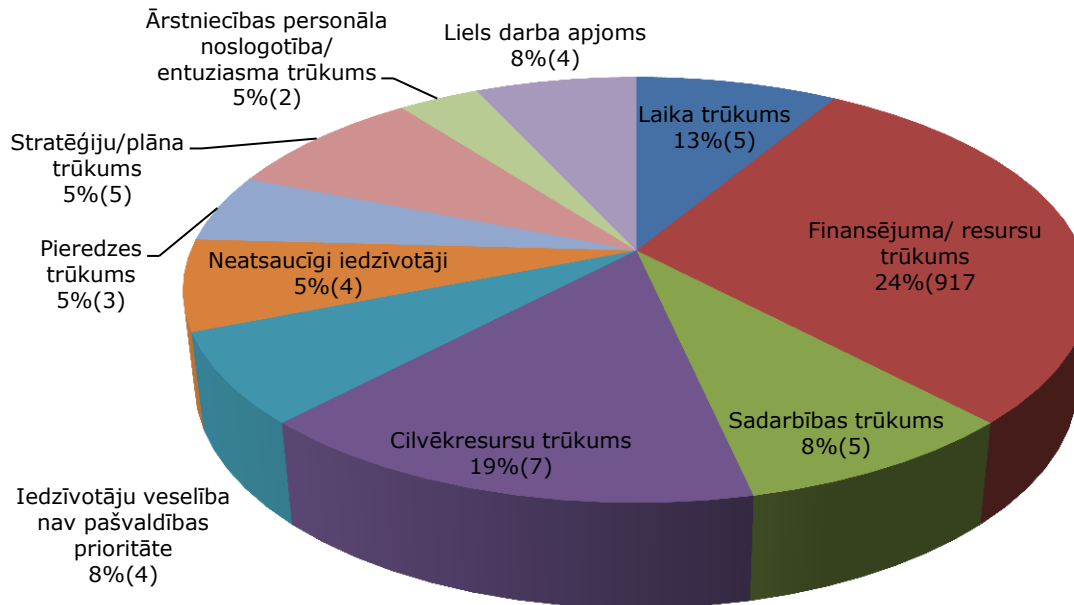




Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# NVPT ikgadējās novētēšanas anketas (2)

## Biežāko minētās barjeras, kas kavēja īstenot un ievieš Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla kritērijus

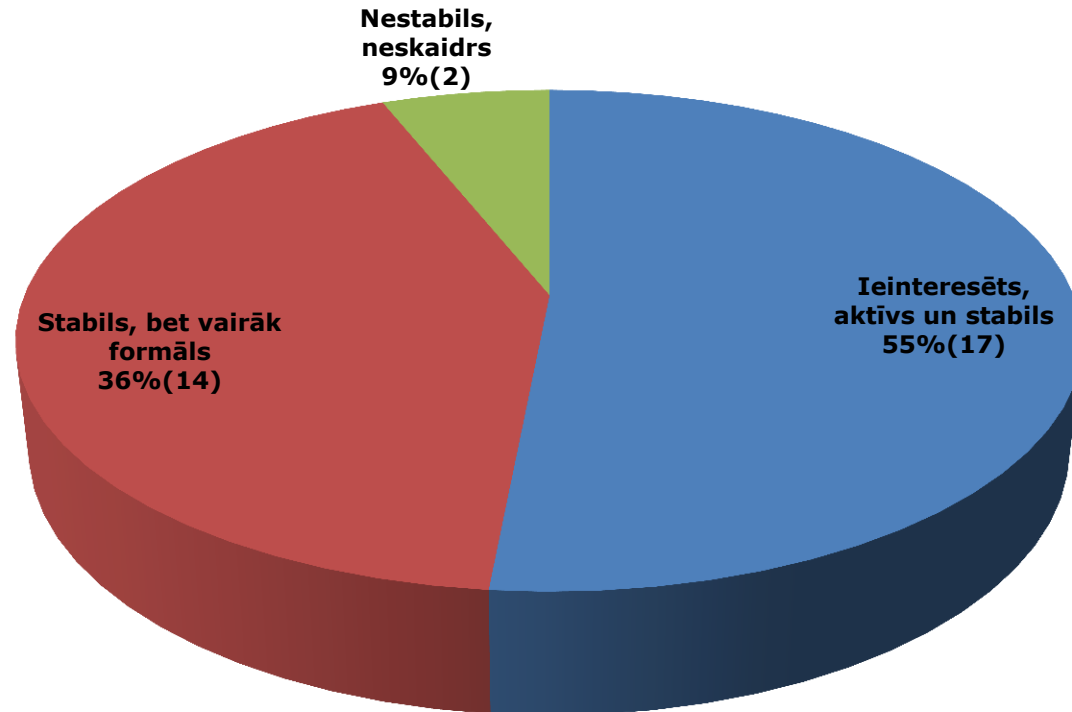




Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# NVPT ikgadējās novētēšanas anketas: **Politiskā atbalsta analīze**

## Pašvaldības domes deputātu atbalsta raksturojums

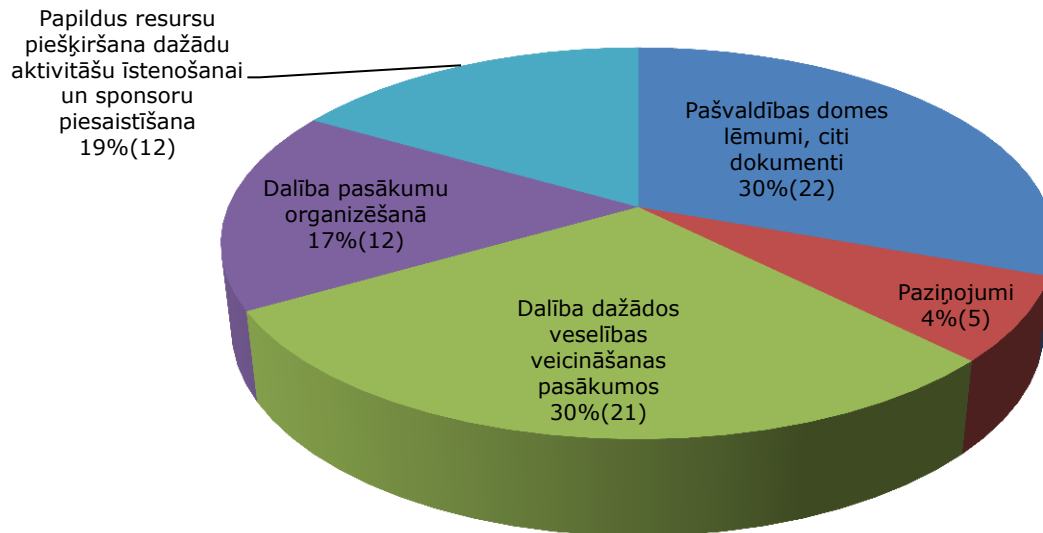




Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# NVPT ikgadējās novētēšanas anketas: **Politiskā atbalsta analīze(2)**

## Biežāk minētie saņemtā atbalsta veidi no domes deputātiem







Slimību profilakses un  
kontrols centrs

[www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv)



EN

Slimību profilakses un kontrols centrs

► Aktualitātes

Par mums

Kontakti

Latvijas prezidentūra ES Padomē  
2015

Latvian Presidency of the Council  
of the European Union

Veselības veicināšana

Gripa

Ebolas uzliesmojums

Cilvēka papildomas vīruss un  
dzemdes kakla vēzis

Ģimenes veselības gads 2014

Infografika

Veselības veicināšanas kampaņas

Infekcijas slimību statistika

Jaunās psihoaktīvās vielas

Pētījumi un ziņojumi

Publikācijas

Ārstniecības personām

Veselības aprūpes statistika

Infekcijas slimības

Vakcinācija

HIV profilakse

Aktualitātes ceļotājiem

Tuberkulozes profilakse

Datu bāzes

Informatīvie izdevumi

Ārkārtas situācijas

Padomes un komisijas

Publiskie iepirkumi

Video galerija

Projekti

Saites

Starptautiskie dokumenti

Starptautiskā sadarbība

Sabiedrības līdzdalība

About SPKC



Latvijas prezidentūra  
Eiropas Savienības  
Padomē

- Austrumu partnerības ministru līmeņa konference par tuberkulozi un tās multirezistenci
- Augsta līmeņa konference „Veselīgs dzīvesveids: uzturs un fiziskās aktivitātes bērniem un jauniešiem izglītības iestādēs”

**SPKC ieteikumi drošai talkošanai**

24.04.2015.



Slimību profilakses un kontrols centrs (SPKC) aicina talkotājus ievērot drošības pasākumus talku un pavasara sakopšanas darbu laikā.

SPKC speciālisti iesaka, uzsākot darbu, novērtēt vidi, kur sakopšanas darbi paredzēti. Lai nesavainotos, uzmanīgi rīkojieties ar talkas inventāru un nezināmas izcelsmes atkritumiem (šļircis, stikla lauskas u.c.). Lietojiet aizsargbrilles, strādājot ar tehniku un cimdus, vācot lapas, zarus un atkritumus.

► Lasīt vairāk...

**Eiropas Imunizācijas nedēļas ietvaros SPKC atgādina par vakcinācijas nozīmi**

23.04.2015.



European  
Immunization  
Week

Šonedēļ tiek atzīmēta Eiropas Imunizācijas nedēļa, kuras ietvaros tiek runāts par vakcinācijas nozīmi katra bērna veselības saglabāšanā un slimību profilaksē. Slimību profilakses un kontrols centra (SPKC) apkopotie epidemioloģiskās uzraudzības dati liecina, ka Latvijā saslimstība ar vakcīnregulējamām slimībām saglabājusies zema, un pagājušajā gadā atsevišķu infekcijas slimību gadījumu skaits sarucis.

► Lasīt vairāk...

**Izglītos pašvaldību izglītības un sociālās aprūpes iestāžu darbiniekus par pārtikas aprites drošību**

07.04.2015.

Lai sniegtu plašāku informāciju un izglītotu par pārtikas aprites drošības jautājumiem, Slimību profilakses un kontrols centrs (SPKC) sadarbībā ar Pasaules Veselības organizācijas Eiropas Reģionālo biroju un Pārtikas un veterināro dienestu aprīli vairākās pašvaldībās organizēs seminārus „Pārtikas aprites drošība izglītības un sociālās aprūpes iestāžu ēdināšanas uzņēmumos”.

► Lasīt vairāk...

**SPKC aicina veselīgi un aktīvi pavadīt Lieldienas**

02.04.2015.



Slimību profilakses un kontrols centra (SPKC) speciālisti aicina svinot svētkus ievērot mērenību baudot Lieldienu ēdienus un izvēlēties drošas aktivitātes.

Lieldienās visbiežāk mēlojas ar vistu dētām olām, kas ir vērtīgām uzturvielām bagāts pārtikas produkts, savukārt zosu, piļu, strausu un citas olas tiek izmantotas vairāk kā delikatese un tikai retos gadījumos. Taču arī šīs olas ir lielisks olbaltumvielu, A, B un D vitamīnu, arī cinka, dzelzs un antioksidantu avots. Pētījumos ir pierādīts, ka piļu olas ir vairāk omega-3 taukskābes, nekā vistu olās. Piļu un zosu olu baltums satur daudz olbaltumvielu, kas šīs olas padara vērtīgas. Pārjvistu olas dzeltenums ir 1,5 reizes bagātāks ar karotinoīdiem un A vitamīnu, nekā vistu olas dzeltenums. Īpaši augsta uzturvērtība ir paipalu olām, jo tās ir bagātas ar vitamīniem un minerālvielām. Ja salīdzina vistu olas un paipalu olas, tad vienā paipalu olas gramā ir 2,5 reizes vairāk A vitamīna, 2,8 reizes vairāk B1 un 2,2 reizes vairāk B2 vitamīna kā vienā vistas olas gramā.

► Lasīt vairāk...



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

**Paldies!**

[Solvita.Klavina@spkc.gov.lv](mailto:Solvita.Klavina@spkc.gov.lv)

Tālrunis: 67387611