

Jelgavas pilsētas pašvaldības veselības veicināšanas programma 2016.-2022.gadam



K.Lankovska

vecākā speciāliste veselības veicināšanas jautājumos
Jelgavas sociālo lietu pārvalde



Veselība

- Laba veselība palielina dzīves kvalitāti, stiprina ģimenes, veicina drošību, nabadzības samazināšanos un sociālo iekļaušanu.
- Tomēr laba veselība nenozīmē tikai veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību vai saņemšanu.
- **Lielāka loma labas veselības saglabāšanā ir indivīda paradumiem un dzīvesveidam, kā arī fiziskās un sociālās vides uzlabošanai.**

Veselības veicināšana

- Veselības veicināšanā ietilpst virkne darbību, kuru **mērķis ir atbalstīt veselīgu dzīvesveidu**, samazināt veselības stāvokļa nevienlīdzības starp dažādām sabiedrības grupām un ļaut indivīdiem un sabiedrībai kopumā balstīt savas izvēles uz veselīgiem principiem;
- Veselības veicināšana ir **ekonomiski izdevīgākais un efektīvākais** veids tieši **slimības cēloņu novēršanā**, nepieļaujot slimības rašanos un **veicinot iedzīvotājus uzņemties lielāku 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.**

Jelgavas ilgtermiņa attīstības stratēģija 2007.-2020.gadam

Prioritātes

- **Izglītots, konkurētspējīgs, vesels un sociāli aktīvs iedzīvotājs**
- **Ekonomiski attīstīts zināšanu, tehnoloģiju un jauninājumu centrs**
- **Pilsēta ar mūsdienīgu un ilgtspējīgu dzīves vidi**



Veselības veicināšanas programma Jelgavā 2016.-2022.gadam

- Mērķis: izveidot koordinētu veselības veicināšanas sistēmu, lai nodrošinātu daudzveidīgus veselības veicināšanas pakalpojumus Jelgavas pilsētas iedzīvotājiem
- 1.redakcija apstiprināta 2016.gada 30.jūnijā
- Publiskā apspriešana līdz 2016.gada 30.septembrim



Situācijas raksturojums un problēmu formulējums veselības veicināšanas kontekstā

- Jelgavas sociāli ekonomiskās attīstības tendences
- Veselības Veicināšana Jelgavas pilsētā(fiziskās aktivitātes, veselīgs uzturs, atkarību profilakse, vide veselības veicināšanas kontekstā)
- Neinfekciju slimības un to riska faktori (sirds un asinsvadu slimības, onkoloģiskās slimības, garīgā veselība)
- Infekcijas slimības
- Ģimenes veselība

SVID analīze


Stratēģiskā daļa

Rīcības daļa

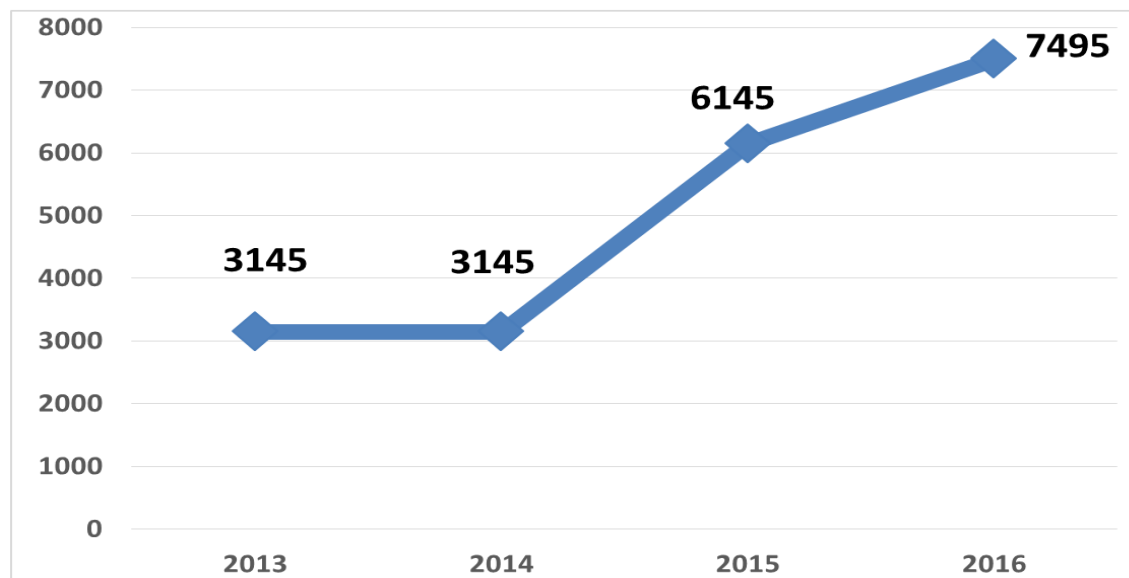
Programmas īstenošana un uzraudzība

Veselības veicināšanas politika Jelgavā (1)

Realizē:

- Sociālo lietu, veselības aizsardzības un kultūras komiteja
 - Jelgavas sociālo lietu pārvaldes Veselības aprūpes un veicināšanas nodaļa
 - Veselības veicināšanas konsultatīvā komisija
- 

Finansējuma apjoms veselības veicināšanai, EUR



- No 2017.-2019.gadam tiks realizēts ES fondu finansēts projekts 638 023 euro apmērā;
- Veselības veicināšanas mērķis ir arī pilsētvides attīstība – arī šim mērķim paredzēts gan pašvaldības, gan ES fondu finansējums.

Situācijas raksturojums (1)

- Liela nozīmē veselības veicināšanā ir nacionāla līmeņa aktivitātēm, tāpēc 2013.gadā tika izveidots Latvijas Nacionālais veselīgo pašvaldību tīkls (NVPT), kurā Jelgavas pilsētas pašvaldība iestājās jau 2013.gada maijā un aktīvi iesaistās, lai izpildītu šī tīkla kritērijus.
- Lai veicinātu Latvijas bērnu un jauniešu veselību, Latvijā 2015.gadā izveidots **Latvijas Nacionālais veselību veicinošo skolu tīkls** (NVVST), kura ietvaros tiks veikta virkne veselību veicinošu pasākumu.

Situācijas raksturojums (2)

- Nozīmīgākās sabiedrības veselības problēmas ir tieši neinfekciju slimības.
- Jelgavas iedzīvotāju galvenie nāves cēloņi ir
 - sirds un asinsvadu slimības;
 - onkoloģiskās slimības.
- Galvenie uzvedības faktori, kas veicina šo slimību attīstību, ir **neveselīgs uzturs, nepietiekama fiziskā aktivitāte un atkarību izraisošas vielas un procesi.**

Identificētās problēmas

- nepietiekams piedāvājums bez maksas nodarboties ar fiziskām aktivitātēm veselības saglabāšanai profesionāļu vadībā;
- nepietiekams darbs veselīga uztura veicināšanas jomā, īpaši skolēniem un viņu vecākiem;
- nav pietiekami attīstīta vide un infrastruktūra veselīga dzīvesveida paradumu ieviešanai un uzturēšanai Jelgavas iedzīvotājiem;
- ierobežota pieejamība sporta infrastruktūrai – noslogotas sporta bāzes, nolietoti skolu sporta laukumi, maz brīvpieejas sporta laukumu;

Identificētās problēmas (2)

- Būtisks darbs nepieciešams seksuālās un reproduktīvās veselības jomā, jo
- Zemgales reģionā ir liels nepilngadīgo grūtnieču skaits, liels skaits līdz 12.-tajai grūtniecības nedēļai neregistrēto grūtnieču skaits un slikti rādītāju jaundzimušo veselībā.
- augsti seksuāli transmisīvo infekciju rādītāji;
- nav pietiekams piedāvājums topošo un jauno vecāku izglītošanai par dažādiem ar veselību saistītiem jautājumiem.

Vīzija 2022

Jelgava – pilsēta, kuras iedzīvotājam rūp sava un tuvāko veselība - jelgavnieks ir informēts un izglītots par veselību ietekmējošo faktoru nozīmi un pieņem atbildīgus lēmumus par savu un ģimenes veselību.

Jelgavā ir kvalitatīva un veselību veicinoša dzīves, darba un atpūtas telpa pilsētas iedzīvotājiem un tās viesiem.

Joma	Cilvēks	Vide	Sadarbība
Rīcības virzieni	RV1: Iedzīvotāju iesaiste regulārās un pietiekamās fiziskās aktivitātēs	Rv6: Drošas un veselību veicinošas vides attīstība pilsētā	RV7: Komunikācijas un starpnozaru sadarbības attīstība
	RV2: Veselīga un pilnvērtīga uztura lietošanas veicināšana		
	RV3: Atkarību profilakse		
	RV4: Garīgās veselības veicināšana		
	RV5: Slimību profilakse		

Aktivitātes

- Mērķa grupas – **visi Jelgavas iedzīvotāji**, bet īpaši:
 - bērni (līdz 18 gadiem);
 - iedzīvotāji virs 54 gadu vecuma;
 - trūcīgie un maznodrošinātie;
 - bezdarbnieki;
 - personas ar invaliditāti.

Aktivitātes

- Speciālistu kompetenču celšana – izglītības iestāžu medmāsām, pedagogiem, izglītības atbalsta personālam, sociālās jomas darbiniekiem;
- Veselības veicināšanas masu pasākums («svētki» pilsētā katru gadu;
- Veselības laboratorija



RV1: Iedzīvotāju iesaiste regulārās un pietiekamās fiziskās aktivitātēs

- Grupu nodarbības ar fizioterapeitu bērniem, iedzīvotājiem virs 54 g.v.;
- Plašs aktivitāšu klāsts brīvā dabā – skriešanas treniņi, dažādas intensitātes vingrošana pieaugušajiem, grupas senioriem, jaunajām māmiņām, grupas jauniešiem mikrorajonos – katru gadu siltajā sezonā plānotas vairāk kā 10 grupu nodarbības nedēļas laikā.
- Fizisko aktivitāšu izglītojošs nodarbību komplekss darba vietām un nodarbinātajiem;
- Aktivitāšu grupas personām ar invaliditāti, u.c.



RV2: Veselīga un pilnvērtīga uztura lietošanas veicināšana

- Veselīga uztura izglītojošas, praktiskas nodarbības un meistarklases dažādam mērķa grupām – bērniem skolās, trūcīgajiem par radošu pārtikas paku izmantošanu, senioriem, u.c.
- Turpināt «zaļā iepirkuma» organizēšanu iepērkot ēdināšanas pakalpojumus izglītības iestādēs, rūpēties par kvalitatīva dzeramā ūdens pieejamību;



RV3: Atkarību profilakse

- Uzsvars uz saturīgu un piepildītu brīvā laika pavadīšanu bērniem – Atvērtā skola līdz 8.klasei (2 nedēļas vasarā iespēja radoši darboties skolā, piedalīties ekskursijās); vasaras nometne sociālā riska grupu bērniem un jauniešiem;
- Atkarību profilakses punkta darbība un stiprināšana – darbs skolās;
- Izglītojošs darbs ar vecākiem;
- Atkarību profilakses vadlīniju ieviešana skolās, atbalsts pedagogiem darbā ar bērniem un vecākiem;

RV4: Garīgās veselības veicināšana

- Nodarbības topošajiem vecākiem par emocionālo gatavību kļūt par vecākiem (dzemdības, attiecības ģimenē) – pēcdzemdību depresijas profilakse;
- Emocionālā audzināšana – nodarbības/atbalsts vecākiem ar dažāda vecumposma bērniem;
- Supervīzijas (atbalsta nodarbības) sociālajiem darbiniekiem, izglītības atbalsta personālam;

RV5: Slimību profilakse



- Vecāku skola – 3 nodarbību cikls topošajiem vecākiem par sagatavošanos dzemdībām, mazuļa aprūpi, zīdīšanu;
- Iespējas veikt bezmaksas eksprestestus – holesterīna līmeņa, cukura līmeņa, KMI noteikšanai.
- Regulāras bezmaksas tikšanās/lekcijas ar ārstiem speciālistiem, u.c.



Rv6: Drošas un veselību veicinošas vides attīstība pilsētā

Jelgavas pilsētas pašvaldības teritorijā:

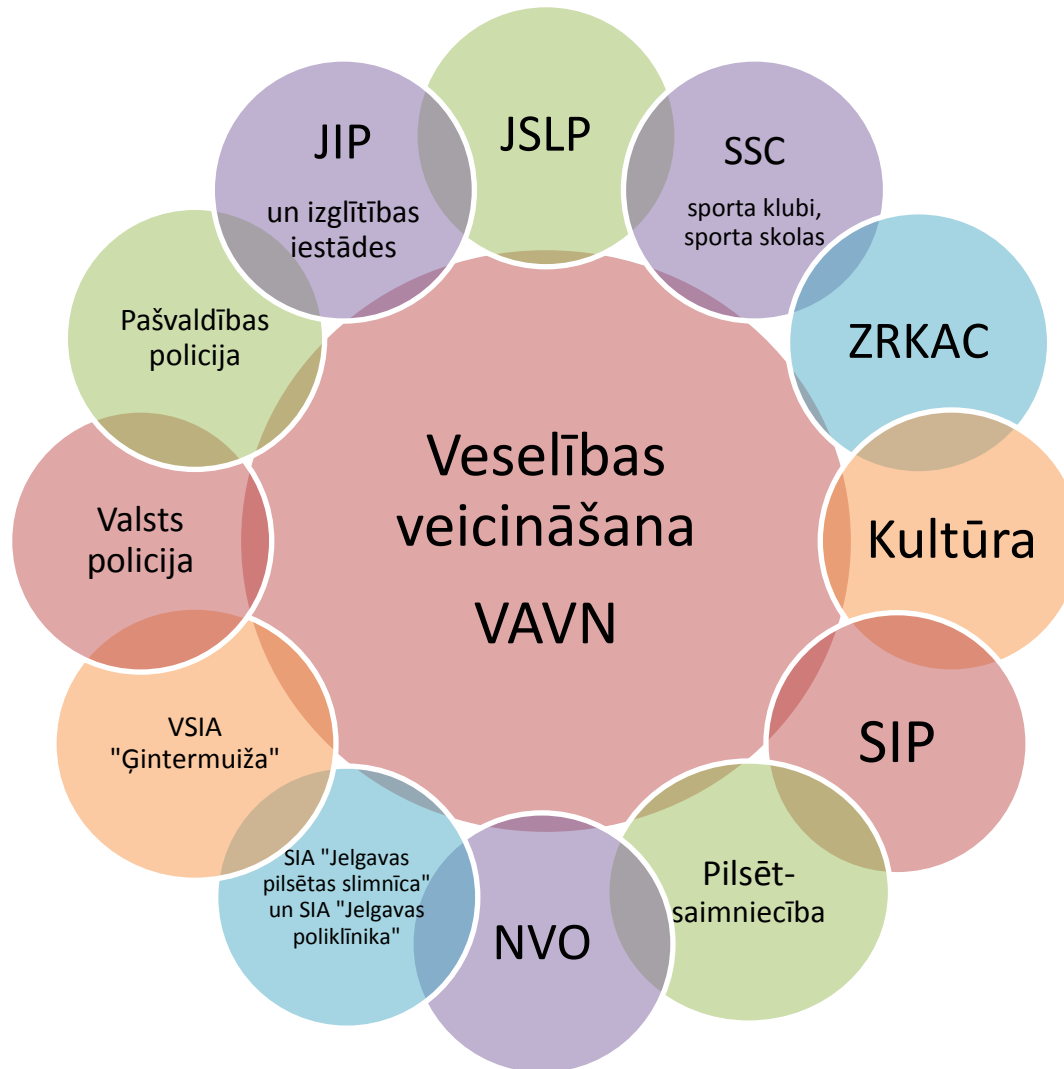
- **Veloceliņu garums:** 26,9 km
- **Parki:** 1,62 km²
- **Meži:** 12,64 km²
- **Pasta sala** - deviņus hektārus plaša daudzfunkcionāla atpūtas, kultūras, sporta un sabiedrisko aktivitāšu vieta
- **Āra trenāžieri** – Ozolskvērā, Pasta salā, pie Miezītes bibliotēkas, Raiņa parkā, Jelgavas Vakara (maiņu) vidusskolas teritorijā un pludmalē
- **6 brīvpieejas basketbola laukumi**
- **16 rotaļlaukumi**
- Plānots paplašināt infrastruktūru iedzīvotāju veselīgu paradumu veicināšanai



Aktivitātes

- Visas minētās aktivitātes un ne tikai, iedzīvotājiem būs pieejamas bez maksas un tiks realizētas ciklu veidā un būs pieejamas ļoti lielam dalībnieku skaitam, ne tikai kā vienas reizes aktivitātes kā tas visbiežāk tiek realizēts šobrīd.

RV7: Komunikācijas un starpnozaru sadarbības attīstība



Labu veselību vēlot,
paldies par uzmanību!

K.Lankovska

✉ Karolina.Lankovska@soc.jelgava.lv

☎ 63048913

