

# Kas ir VESELĪBAS VEICINĀŠANA?

- **Protams, vairākas definīcijas**
- **Veselības veicināšana** ir process, kas **katram** indivīdam ļauj uzņemties lielāku kontroli **pār savu** veselību un uzlabot to
  - » Otavas harta. PVO, Ženēva, 1986.
- Veselības veicināšana ir **komplekss sociāls un politisks process**, tā nav tikai aktivitātes indivīda iemaņu un spēju stiprināšanai, bet arī uz sociālajiem, **vides un ekonomiskajiem** faktoriem vērsti pasākumi, lai izmainītu to ietekmi uz sabiedrības un indivīda veselību.

# Kas ir veselības veicināšana darba vietās?

- Vēsturiski „veselības veicināšana darba vietās” (VVDV) kā koncepcija Eiropā sāka attīstīties pagājušā gadsimta 80.gados
- Izpratne no veselību darba vietās mainījās no darba drošības nodrošināšanas līdz izpratnei par to, ka veselība ir cilvēka veselības stāvoklis, kurš nozīmē ne tikai slimību trūkumu, bet arī pilnīgu fizisku, garīgu un sociālu labklājību
- Attieksmi „galvenais – novērst arodslimības un nelaimes gadījumus” sāka nomainīt izpratne par to, ka tikai pilnībā vesels (šī jēdziena plašākajā izpratnē) darbinieks ir spējīgs pilnvērtīgi un produktīvi strādāt

# Kas ir veselības veicināšana darba vietās?

- Populārākā definīcija - Eiropas veselības veicināšanas darba vietās sadarbības tīkla (*European Network for workplace health promotion – ENWHP*)

Luksemburgas sanāksmē formulētā (1997)

» „veselības veicināšana darba vietā ir **kopēja** darba devēju, nodarbināto un sabiedrības rīcība veselības un labklājības nodrošināšanai darba vietās”

# Kas ir veselības veicināšana darba vietās?

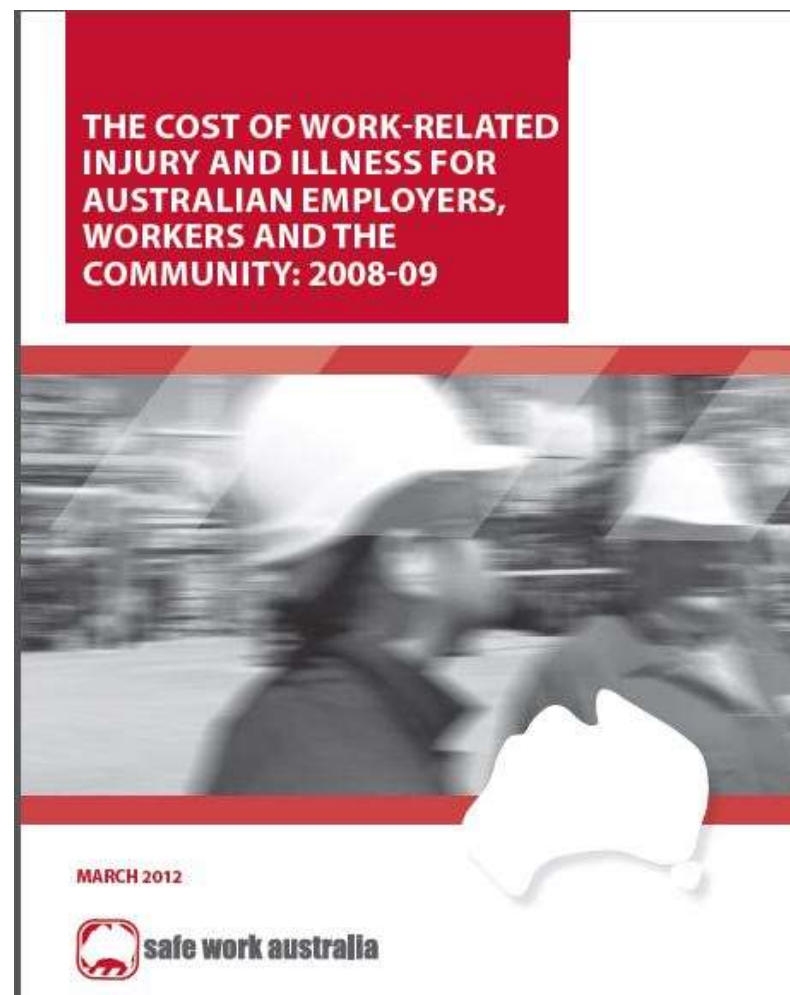
- Moderna pieeja uzņēmuma darbības organizēšanā, kura ir vērsta uz veselībai nelabvēlīgu ietekmju samazināšanu vai novēršanu, nodarbināto veselības potenciāla pilnveidošanu un labklājības nodrošināšanu darba vietās
- Pēdējā laika atziņa, kura saistīta ar dinamiskajām izmaiņām – pati veselība nav «sastindzis» stāvoklis, **tā vairāk ir cilvēka spēja adaptēties**

# Kas ir veselības veicināšana darba vietās?

- „Laba veselība – Labs business”
- Jebkurš uzņēmējs teiks, ka vēlas sava kapitāla ilgtspējīgu izmantošanu - tomēr ne visi atcerēsies to, ka svarīgākais uzņēmuma kapitāls ir tā darbinieki!
- Lai nodrošinātu tā darba spējas un produktivitāti – tajā nepieciešams investēt līdzekļus!
- Diemžēl tikai retos uzņēmumos – normāla daļa no uzņēmējdarbības
- **Vai no VVDV ir jēga?**

# Cik maksā darba aizsardzība (precīzāk - tās trūkums)?

- Viens no apjomīgākajiem pētījumiem par darba aizsardzības radītajiem zaudējumiem Austrālijas ekonomikai
- **4,8% no iekšzemes kopprodukta!!!**
- **Latvijā tas būtu ~ 1,2 miljardi Euro**



2017 gada IKP: ~27 miljardi Euro,  
Avots: CSP

# Sliktas darba vides Somijas ekonomikai radīto zaudējumu aprēķins (2012) – zaudētās algas

Nr.	Izmaksu veids	Aprēķinātie zaudējumi, miljardos Eiro
1.	Pārejošas darba nespējas izmaksas	3,4
2.	T.s. „prezenteisma” izmaksas (nodarbināto sliktas pašsajūtas radītie darbaspēju traucējumi)	3,4
3.	Nelaiemes gadījumi darbā	2,0
4.	Arodslimības	0,1
5.	Invaliditātes izmaksas	2,3
	<b>Kopā</b>	<b>11,2</b>

Avots: Wiking Husberg, Mikko Rissanen, Somijas Sociālu lietu un veselības ministrija, 2014

# Slimības lapas un *Prezenteisms*

- **Slimības lapas** – biežākais rādītājs, ko izmanto pasaulē
  - » Vidēji ES - ~ 6% gadā (tas nozīmē, ka darbinieks gadā nestrādā 13 dienas....)
  - » LR tas ir ap 700 Euro/gadā uz katru nodarbināto (tikai tiešās algas izmaksas)
- **Cik mēs īsti slimojam?**
  - » LV ļoti grūti iegūt precīzu informāciju
  - » Daļa slimības lapu, iespējams, fiktīva....
  - » Latvijas iedzīvotāju aptaujas dati samērā maz iepriecinoši
  - » Būtiski pieaudzis valsts izmaksu līmenis
  - » ?



# Realitāte ar slimošanu?

Tabula 15.A. Slimības dēļ kavēto kalendāro darba dienu skaits pēdējā gada laikā, dzimuma un vecuma grupās (%).

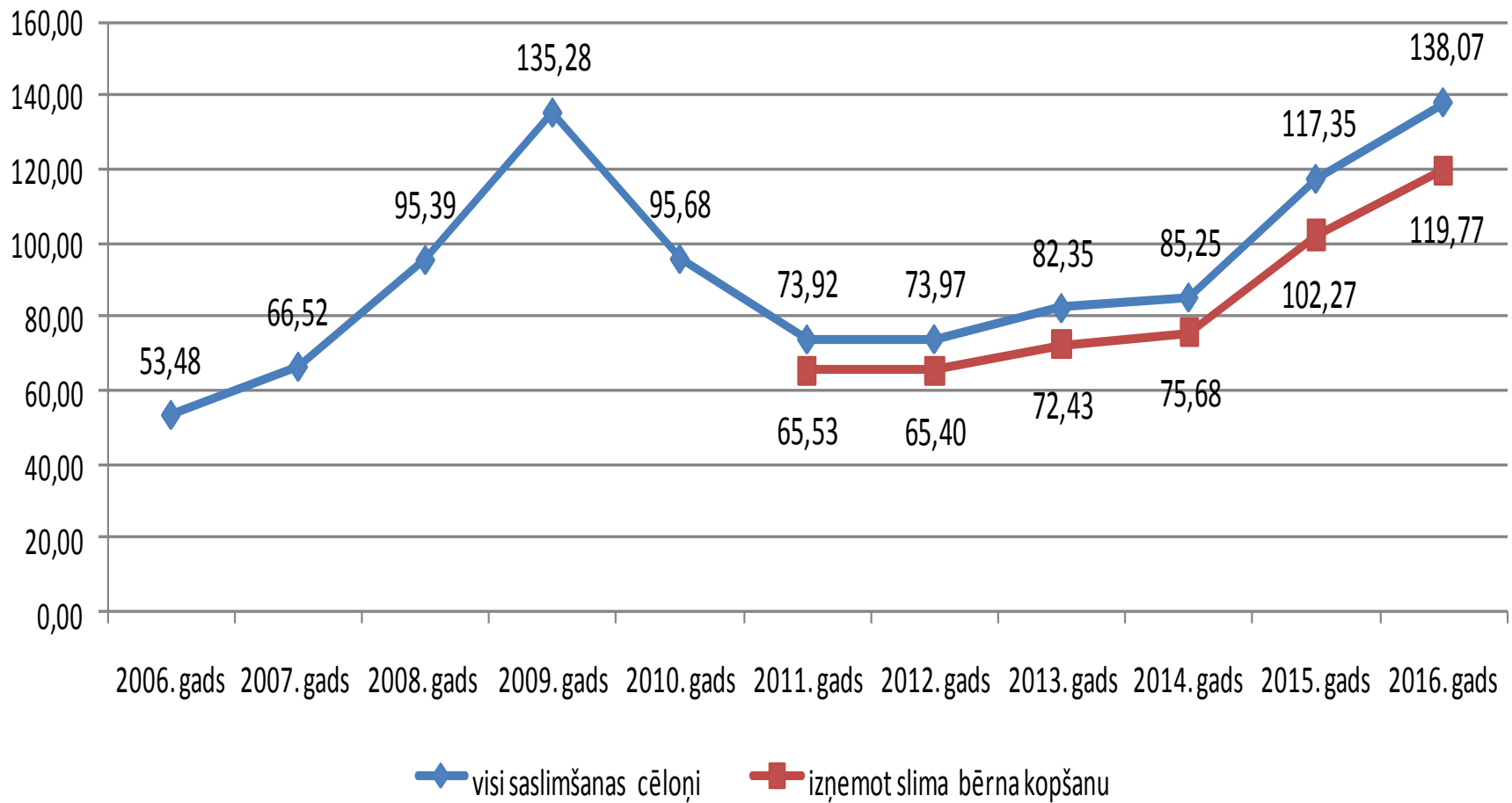
Table 15 .A. Calendar days of absence from work because of illness during the last year by sex and age (%).

		Vīrieši/ Males						Kopā/ Total	Sievietes/ Females						Kopā/ Total	
		Vecuma grupa/ Age group							Vecuma grupa/ Age group							
		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74		
<i>Cik kalendāro dienu pēdējā gada laikā Jūs nebijāt darbā vai nepildījāt savus parastos pienākumus slimības dēļ?/ During the last year, how many calendar days were you absent from work or unable to carry out normal duties because of illness?</i>	<i>nevienu/ none</i>	57,6	57,7	64,3	53,9	54,1	52,1	57,1	50,9	53,8	55,0	46,4	50,9	52,2	51,4	54,1
	<i>1-10 dienas/ 1-10 days</i>	23,7	29,9	18,2	25,1	20,7	21,5	23,5	25,7	30,9	25,6	27,1	26,9	23,1	26,5	25,1
	<i>11-20 dienas/ 11-20 days</i>	9,9	6,8	10,0	10,3	10,2	10,1	9,5	11,7	7,9	10,0	10,9	8,8	9,5	9,8	9,7
	<i>21-30 dienas/ 21-30 days</i>	6,2	2,7	3,0	5,5	6,7	9,5	5,2	8,3	3,5	5,5	7,9	5,7	6,2	6,2	5,7
	<i>31 un vairāk/ 31 or more</i>	2,6	2,9	4,5	5,1	8,3	6,7	4,8	3,4	4,0	3,9	7,7	7,7	9,0	6,0	5,4
<b>Kopā/ Total</b>	<b>(%)</b>	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
	<b>(N)</b>	306	325	314	315	242	176	1678	306	306	326	352	321	302	1913	3591

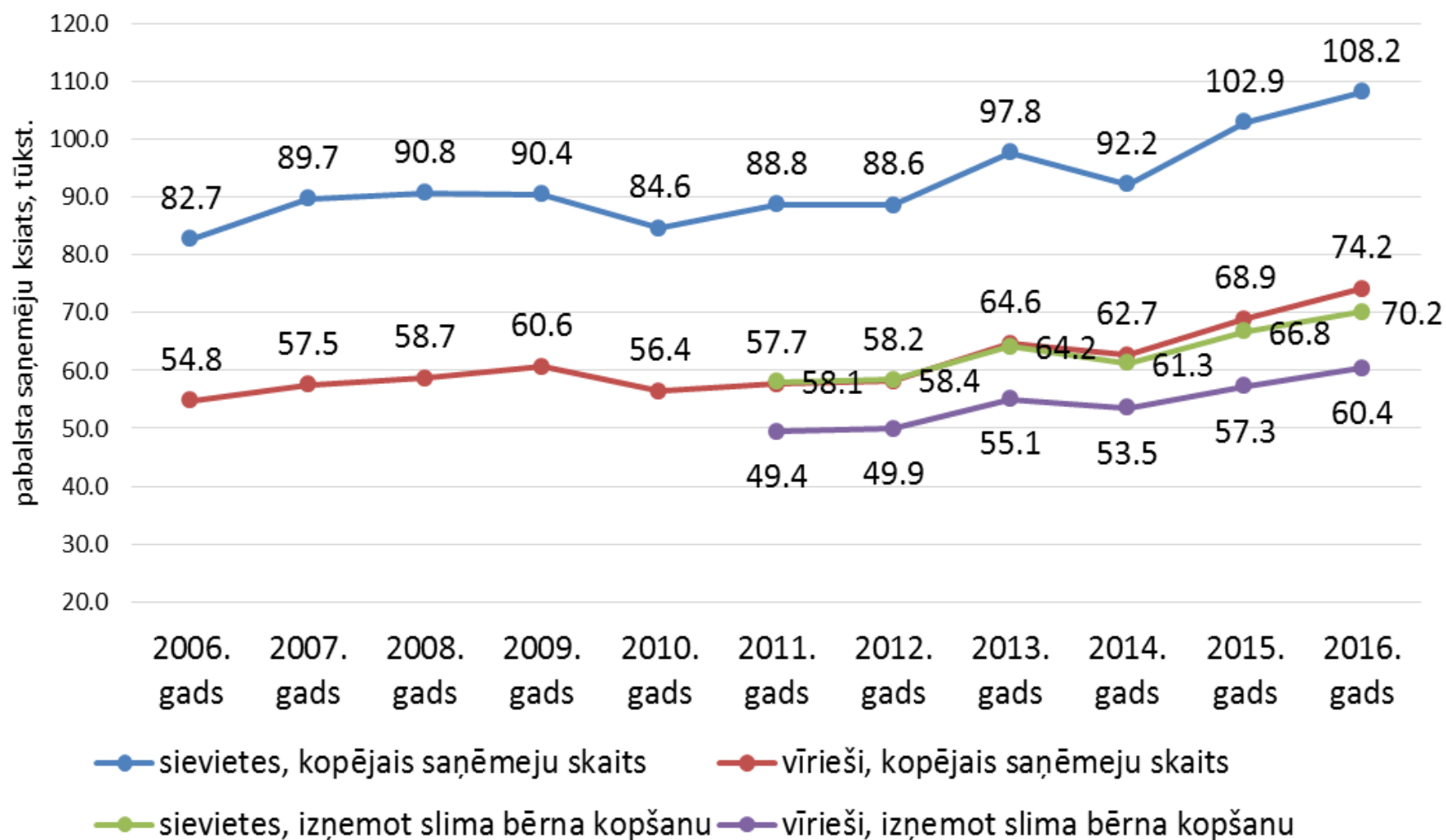
- 25,1% aptaujāto slimojuši 1-10 dienas
- 9,7 % - 11-20 dienas
- 5,7 % - 21-30 dienas un 5,4 % - > 31 dienu

©SPKC, Latvijas iedzīvotāju veselības paradumu pētījums, 2016

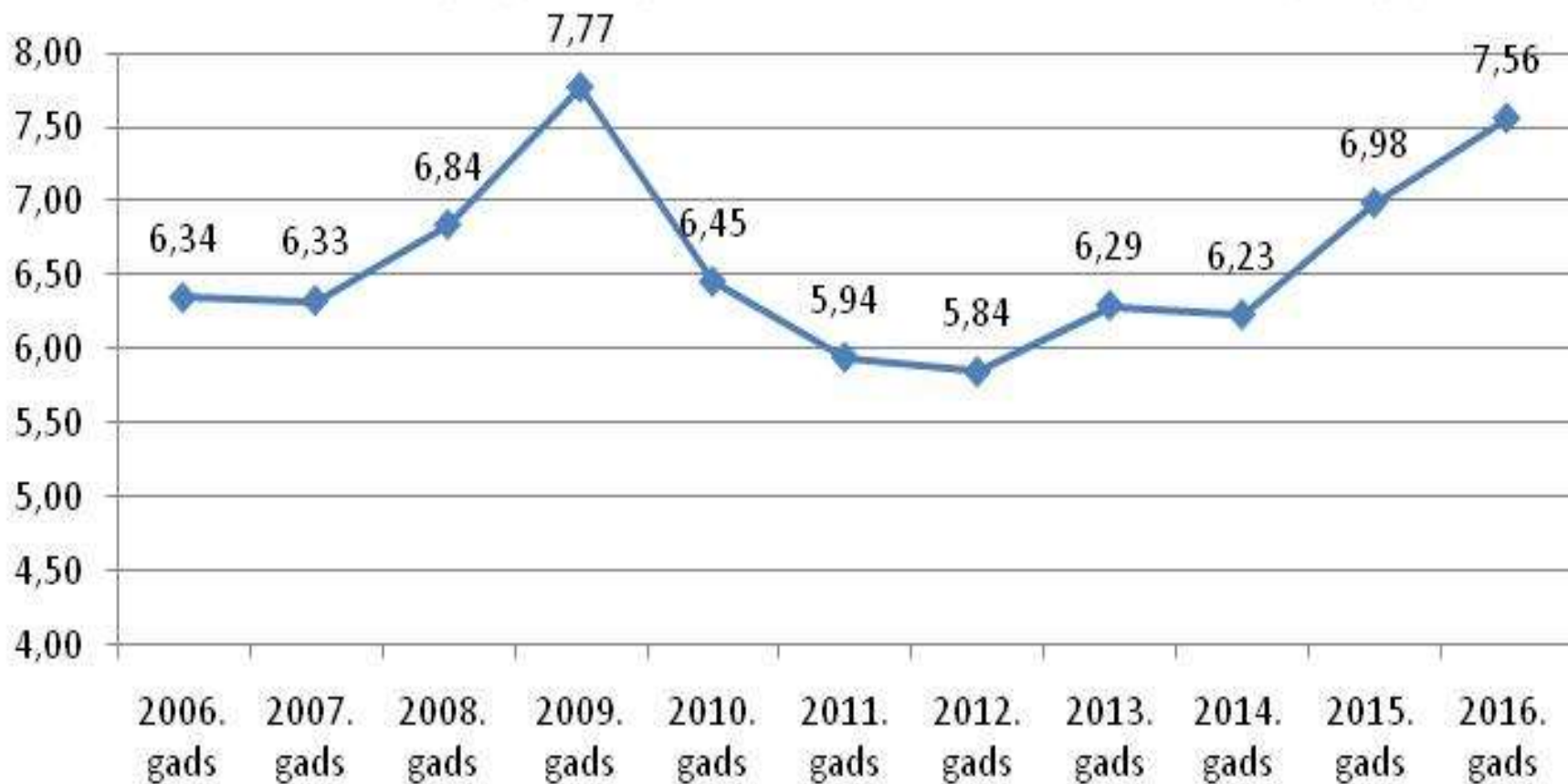
## Kopējie izdevumi slimības pabalstiem (milj. EUR)



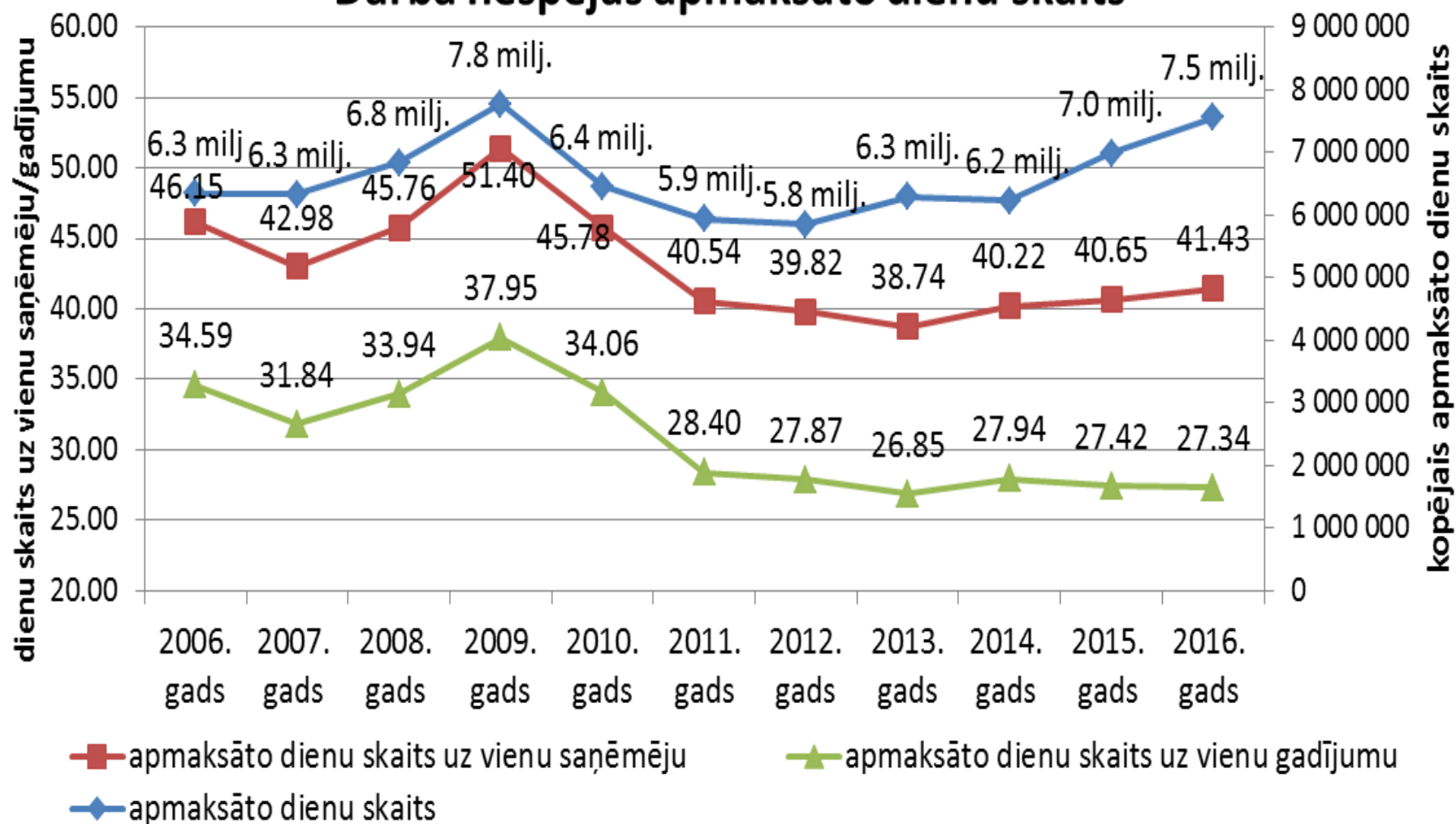
## Slimības pabalsta saņēmēju skaits



## Darba nespējas apmaksāto dienu skaits (milj.)

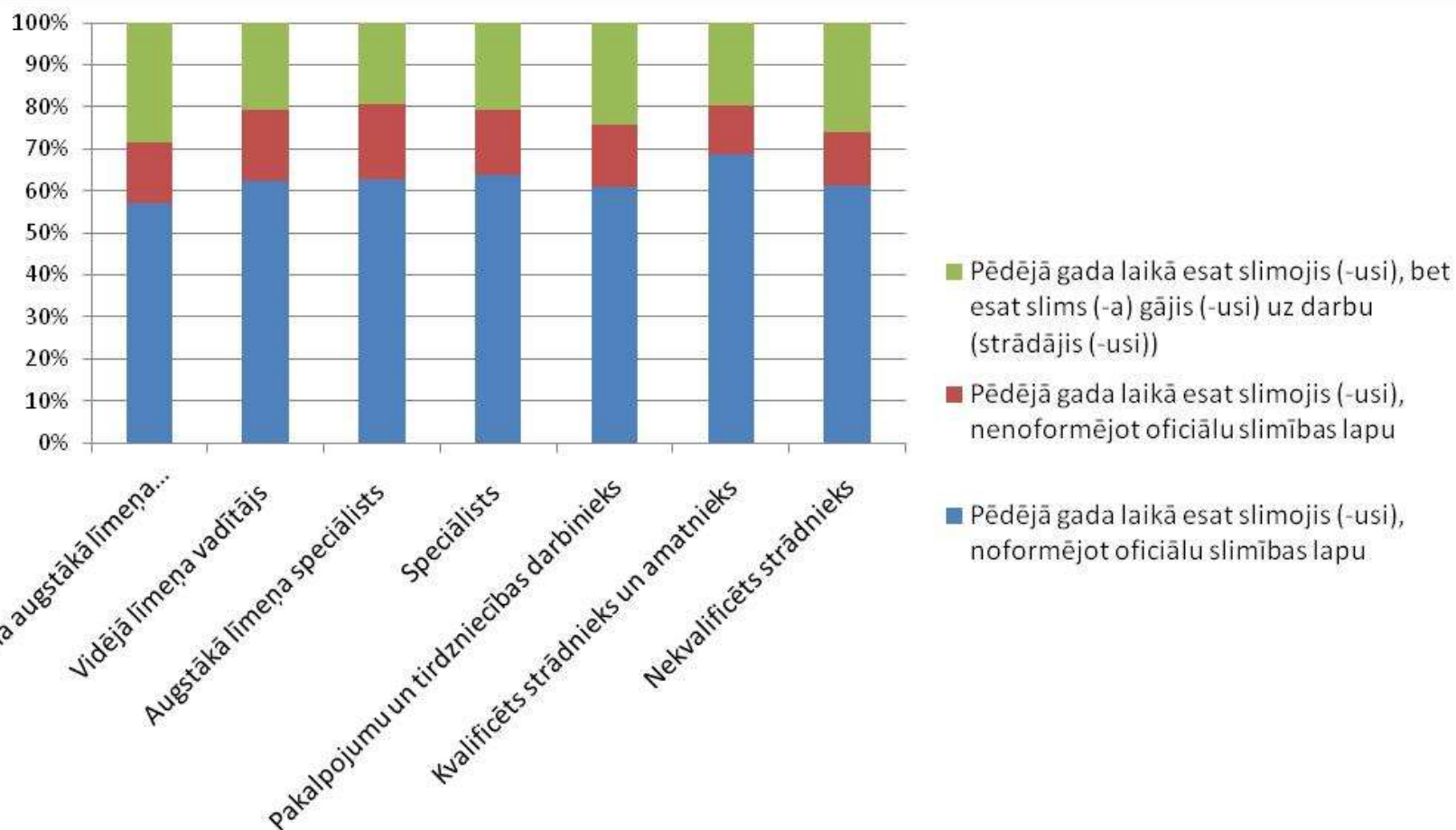


## Darba nespējas apmaksāto dienu skaits



# Pārejoša darba nespēja dažādās grupās

Pa dzimumiem, vecuma grupām, ienākumiem, **amatu grupām** vai darba



# Lielie uzņēmumi sāk «mosties».....



**Andris Strazds** @Andris\_Strazds · Sep 28

Uldis Biķis: Latvijas Finiera darbinieki 10% no darba dienām kavē slimības dēļ. #reformasLV



# Slimības lapas un *Prezenteisms*

- *Tas ir tad, kad cilvēks nav paņēmis slimības lapu, bet īsti strādāt nespēj...*
  - » *Vienkāršoti runājot, tas ir tas laiks, kuru cilvēks atrodas darba vietā, bet sava veselības stāvokļa (piemēram, sāp mugura, cilvēks ir depresīvs utmldz.) daļu no sava darba laika nevis strādā, bet vienkārši nosēž*
- Lielākā problēma tieši labi apmaksātajos «balto apkaklīšu darbos»
- Tiek rēķināts, ka rada 3 reizes lielākas izmaksas par slimības lapām
- Katrs var pārbaudīt sevi ar vienkāršu datorprogrammu palīdzību
- Oficiālie termini: «**slimstrāde**» vai «**prezenteisms**»



# Svarīgākie *prezenteisma* iemesli?

## ■ Var minēt:

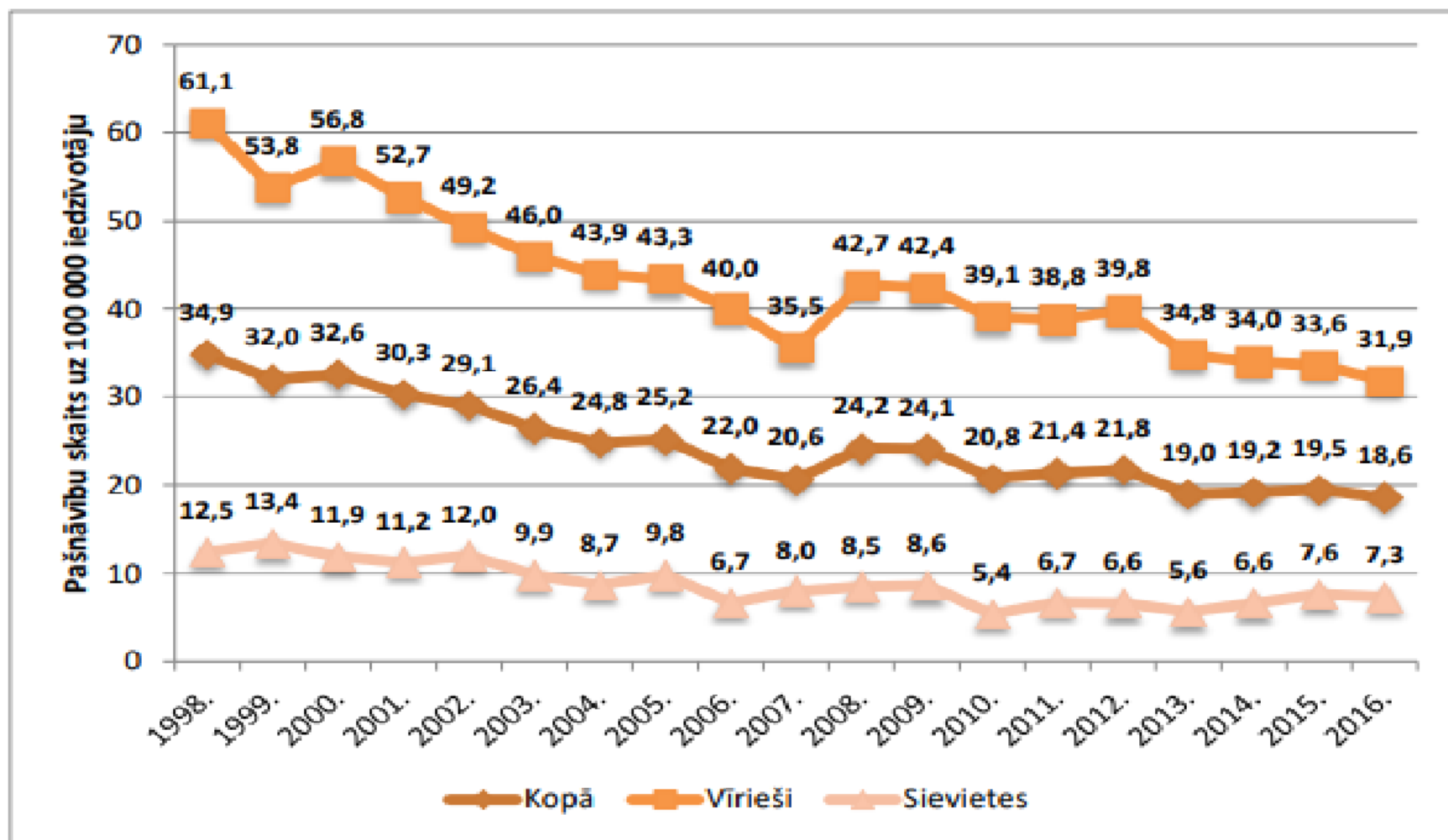
- » Stresu un tā izraisītās reakcijas (depresija, nomāktība, psihosomatiskās slimības u. tml.)
- » Alerģiskās slimības (reakcijas) un astmu;
- » Dažādus artrītus (locītavu slimības);
- » Muguras un spranda sāpes;
- » Hronisku obstruktīvu plaušu slimību un citas plaušu slimības;

# Svarīgākie *prezenteisma* iemesli?

- » Diabētu;
- » Aptaukošanos;
- » Migrēnu;
- » Sirds un asinsvadu sistēmas slimības;
- » Infekcijas slimības;
- » Smēķēšanu u.c.

# Pašnāvību skaita dinamika

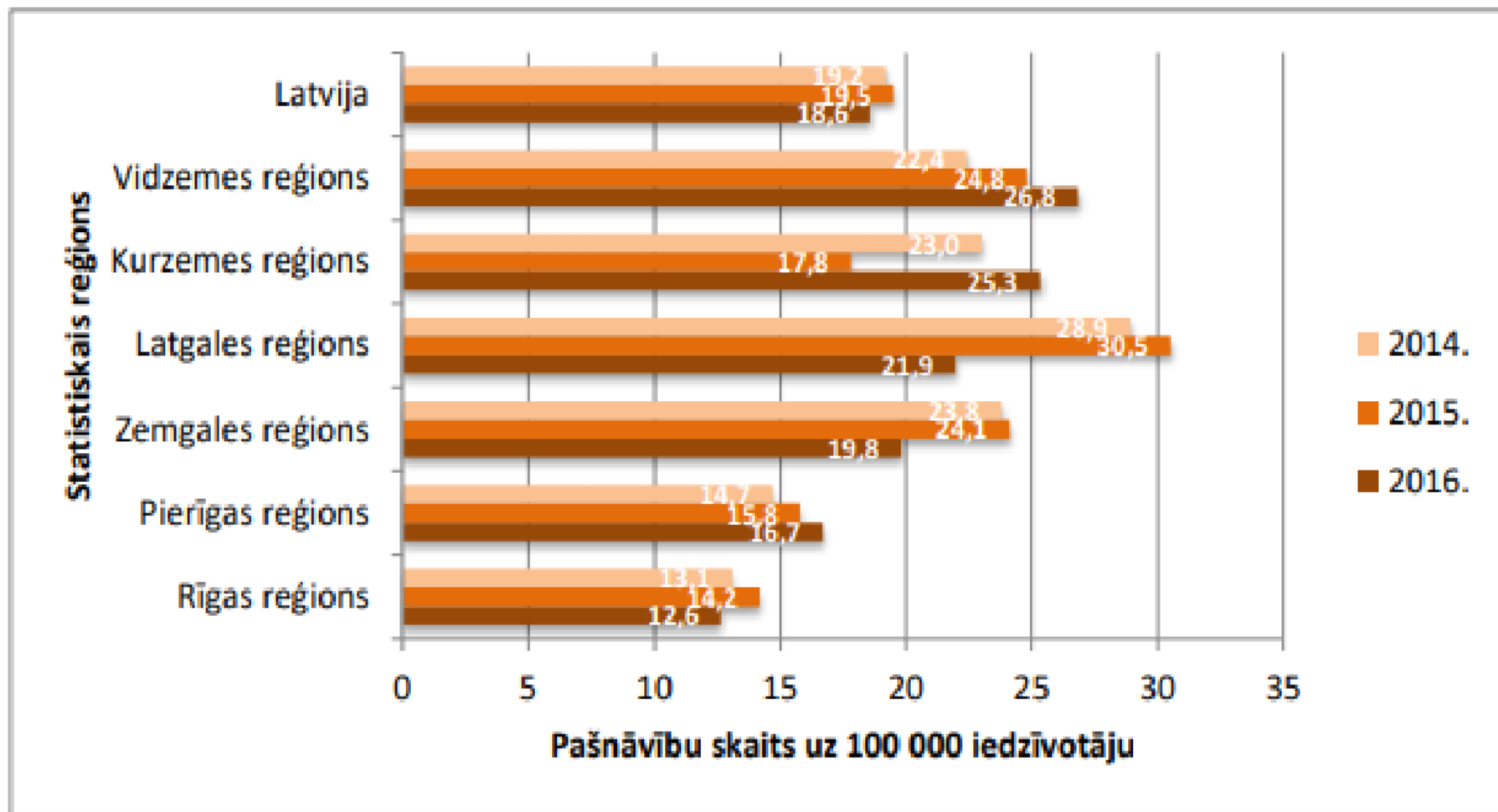
15. attēls. Pašnāvību skaita dinamika Latvijā dzimumu grupās uz 100 000 iedzīvotāju



Avots: Latvijas iedzīvotāju nāves ceļoņu datubāze. Slimību profilakses un kontroles centrs

# Pašnāvību skaita dinamika reģionos

16. attēls. Pašnāvību skaits statistiskajos reģionos uz 100 000 iedzīvotāju 2014.-2016. gadā



Avots: Latvijas iedzīvotāju nāves cēloņu datubāze. Slimību profilakses un kontroles centrs

# Depresija Latvijā

Tabula 16.A. Respondentu īpatsvars, kuriem ir ārstētas vai diagnosticētas minētās slimības pēdējā gada (12 mēnešu) laikā, dzimuma un vecuma grupās (%).

Table 16.A. Incidence of diseases treated or diagnosed by a doctor during the last year (12 months) by sex and age (%).

	<i>Vīrieši/ Males</i>							<i>Sievietes/ Females</i>							<i>Kopā/ Total</i>
	<i>Vecuma grupa/ Age group</i>						<i>Kopā/ Total</i>	<i>Vecuma grupa/ Age group</i>						<i>Kopā/ Total</i>	
	<i>15-24</i>	<i>25-34</i>	<i>35-44</i>	<i>45-54</i>	<i>55-64</i>	<i>65-74</i>		<i>15-24</i>	<i>25-34</i>	<i>35-44</i>	<i>45-54</i>	<i>55-64</i>	<i>65-74</i>		
<i>osteoporozē/ osteoporosis</i>	0,0	0,4	0,6	0,4	1,0	3,4	<b>0,8</b>	0,0	0,0	1,1	3,0	8,6	15,5	4,7	<b>2,8</b>
<i>depresija/ depression</i>	1,6	2,5	0,6	1,4	5,7	1,8	<b>2,2</b>	2,8	1,7	2,7	3,9	2,5	5,2	3,1	<b>2,7</b>
<i>somatoforma veģetatīva distonija (veģetatīvā distonija)/ somatoform vegetative dystonia (vegetative dystonia)</i>	0,4	1,8	0,7	1,2	1,1	0,8	<b>1,0</b>	3,8	2,2	3,0	3,2	3,3	2,5	3,0	<b>2,1</b>
<i>epilepsija/ epilepsy</i>	0,7	0,0	0,7	0,8	1,3	0,0	<b>0,6</b>	0,5	0,6	0,2	0,3	1,0	1,3	0,6	<b>0,6</b>
<i>polineuropātija/ polyneuropathy</i>	0,0	0,3	0,4	1,0	0,4	0,0	<b>0,4</b>	0,0	0,0	0,2	0,0	0,5	0,2	0,1	<b>0,3</b>



# Depresija Latvijā

LATVIJAS IEDZĪVOTĀJU VESELĪBU IETEKMĒJOŠO PARADUMU PĒTĪJUMS, 2016 – HEALTH BEHAVIOUR AMONG LATVIAN ADULT POPULATION, 2016

Tabula 17.A. Respondentu īpatsvars ar minētajiem simptomiem un sūdzībām pēdējā mēneša laikā, dzimuma un vecuma grupās (%).

Table 17.A. Proportion of respondents with symptoms and complaints during the last month by sex and age (%).

	<i>Vīrieši/ Males</i>							<i>Sievietes/ Females</i>							<i>Kopā/ Total</i>
	<i>Vecuma grupa/ Age group</i>						<i>Kopā/ Total</i>	<i>Vecuma grupa/ Age group</i>						<i>Kopā/ Total</i>	
	<i>15-24</i>	<i>25-34</i>	<i>35-44</i>	<i>45-54</i>	<i>55-64</i>	<i>65-74</i>		<i>15-24</i>	<i>25-34</i>	<i>35-44</i>	<i>45-54</i>	<i>55-64</i>	<i>65-74</i>		
<i>depresija/ depression</i>	5,8	6,7	4,5	8,7	10,6	4,0	6,8	7,0	3,9	4,2	8,6	6,9	9,3	6,7	6,7

[https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/FINBALT/finbalt\\_2016\\_2.pdf](https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/FINBALT/finbalt_2016_2.pdf)

# Sasprindzinājuma un stresa izplatība

Tabula 20.A. Sasprindzinājuma, stresa un nomāktības biežums pēdējā mēneša laikā, dzimuma un vecuma grupās (%).

Table 20.A. The frequency of feeling tense, stress or under a lot of pressure during the last month by sex and age (%).

		Vīrieši/ Males						Kopā/ Total	Sievietes/ Females						Kopā/ Total	
		Vecuma grupa/ Age group							Vecuma grupa/ Age group							
		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74		
Vai Jūs esat izjutis (-usi) sasprindzinājumu, stresu un nomāktību pēdējā mēneša laikā?/ Have you felt tense, stress or under a lot of pressure during the last month?	nē/ no	65,1	56,0	53,6	50,0	47,5	61,4	55,4	55,5	51,0	44,4	44,0	49,1	42,9	47,7	51,3
	jā - dažreiz/ yes - sometimes	32,1	39,2	42,4	41,5	46,8	34,7	39,6	36,3	44,3	48,0	49,0	42,7	44,6	44,3	42,1
	jā - biežāk nekā pārējie/ yes - more often than people in general	2,8	4,2	3,9	8,6	4,9	3,9	4,8	6,9	4,7	6,4	5,6	7,3	11,7	7,1	6,0
	jā - mana dzīve ir neciešama/ yes - my life is next to unbearable	0,0	0,6	0,0	0,0	0,8	0,0	0,2	1,3	0,0	1,2	1,5	0,9	0,8	1,0	0,6
<b>Kopā/ Total</b>	(%)	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
	(N)	306	325	314	315	242	176	1678	306	306	327	353	323	303	1918	3596

[https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/FINBALT/finbalt\\_2016\\_2.pdf](https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/FINBALT/finbalt_2016_2.pdf)

# Sūdzības par depresiju

Tabula 21.A. Sūdzības par depresiju pēdējā gada (12 mēnešu) laikā, dzimuma un vecuma grupās (%).

Table 21.A. Proportion of respondents having depression during the last year (12 months) by sex and age (%).

		<i>Vīrieši/ Males</i>						<i>Kopā/ Total</i>	<i>Sievietes/ Females</i>						<i>Kopā/ Total</i>	
		<i>Vecuma grupa/ Age group</i>							<i>Vecuma grupa/ Age group</i>							
		<i>15-24</i>	<i>25-34</i>	<i>35-44</i>	<i>45-54</i>	<i>55-64</i>	<i>65-74</i>		<i>15-24</i>	<i>25-34</i>	<i>35-44</i>	<i>45-54</i>	<i>55-64</i>	<i>65-74</i>		<i>Kopā/ Total</i>
<i>Vai Jums ir bijusi depresija pēdējo 12 mēnešu laikā?/ Have you felt depression during the last 12 months?</i>	<i>nē/ no depression</i>	86,9	84,6	88,8	80,8	79,0	87,1	<b>84,5</b>	83,5	85,6	87,1	78,2	79,7	75,3	<b>81,5</b>	<b>82,9</b>
	<i>mazāk kā iepriekšējos gados/ less depression than previous years</i>	1,8	5,5	1,9	5,5	10,5	3,5	<b>4,6</b>	4,2	5,5	2,9	6,8	6,6	9,5	<b>5,9</b>	<b>5,3</b>
	<i>ne vairāk kā iepriekšējos gados/ not more than previous years</i>	7,6	7,3	7,6	8,4	6,3	5,4	<b>7,3</b>	5,2	6,1	5,4	9,8	8,1	8,5	<b>7,2</b>	<b>7,3</b>
	<i>nedaudz vairāk kā iepriekš/ a little more than previous years</i>	3,2	1,9	0,7	3,8	2,9	3,4	<b>2,6</b>	4,0	1,7	3,9	3,1	3,3	4,6	<b>3,4</b>	<b>3,0</b>
	<i>daudz vairāk nekā iepriekš/ much more than previous years</i>	0,6	0,7	1,0	1,6	1,4	0,6	<b>1,0</b>	3,1	1,1	0,8	2,1	2,2	2,0	<b>1,9</b>	<b>1,5</b>
<i>Kopā/ Total</i>	<i>(%)</i>	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	<b>100,0</b>	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>
	<i>(N)</i>	306	325	314	315	242	176	<b>1678</b>	306	306	327	353	323	303	<b>1918</b>	<b>3596</b>

[https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/FINBALT/finbalt\\_2016\\_2.pdf](https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/FINBALT/finbalt_2016_2.pdf)



# VVDV koncepcijas ekonomiskā puse?

## ■ Zaudējumu novēršana

- » Slimības lapu skaita samazināšana
- » «*Prezenteisma*» samazināšana
- » Darba spēju pazemināšanās novēršana

## ■ Peļņas palielināšana

- » Darba spēju pieaugums
  - » Mazāka personāla mainība
  - » Paaugstināta darbinieku motivācija
- u.c.

# Vai var novērst un samazināt slimošanu un prezenteismu?

- **JĀ! VVDV bieži ir vērsta uz šo aspektu!**
- Daudz un dažādu pētījumu, piemēram, tika analizēta dažādu profilaktisku medikamentu lietošana, pierādot, ka vislabāk atmaksājās:
  - » vakcinācijas pret gripu
  - » moderno preparātu lietošana pret migrēnu
  - » dažādu anti-alerģisku medikamentu lietošana
- Analizējot citā pētījumā:
  - » muguras un spranda sāpes – pasākumi šo sūdzību skaita samazināšanai ir finansiāli visefektīvākie

# Piemērs: Gripas vakcīna

## (20 nodarbināto uzņēmums)

- Izmaksas visu darbinieku vakcinācijai:  $20 \times 7,50 = 150,00$  Euro (2017.gada sezonas cenas prognoze: ~ 8.50-9.00, 4 celmu vakcīna - ~ 12 Euro)
- 1 darbinieku saslimšanas TIEŠĀS izmaksas darba devējam: **214 Euro (+64 Euro)**
- 2 darbinieku saslimšanas izmaksas: **428 Euro (+278)**
- **+ Netiešās izmaksas?** (virsstundas, aizvietošana, laiks darbu pārplānošanai, negūtā peļņa, zaudēti pasūtījumi u.c.)

Izejas dati: vidējā darba samaksa 932,00 Euro bruto, 21 dd/mēnesī, vidējais slimības ilgums 6 dienas, 1 slimības diena – neapmaksāta, 2-3.diena 75% no algas, 4.,5.,6. – 80%

# Realitāte ar vakcinācijām?

Tabula 30. Potēšanās pret gripu, dzimuma un vecuma grupās (%).

Table 30. Proportion of respondents immunised against influenza by sex and age (%).

		Vīrieši/ Males							Sievietes/ Females							Kopā/ Total
		Vecuma grupa/ Age group						Kopā/ Total	Vecuma grupa/ Age group						Kopā/ Total	
		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74		15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74		
<i>Kad Jūs pēdējo reizi potējāties pret gripu?/ When was the last time you were immunised against influenza?</i>	<i>pēdējā gada laikā/ during the last year</i>	12,3	7,2	7,5	3,9	4,4	7,1	7,1	12,9	7,9	7,7	6,7	4,9	4,3	7,4	7,3
	<i>pirms 1-3 gadiem/ in the last 3 years</i>	6,1	4,7	3,1	4,1	2,6	3,6	4,1	7,3	3,6	4,7	3,4	4,3	3,5	4,4	4,3
	<i>vairāk kā pirms 3 gadiem/ more than 3 years ago</i>	6,7	8,8	6,5	14,6	10,0	6,8	9,0	8,6	7,6	11,3	7,3	9,0	12,2	9,3	9,2
	<i>es nekad neesmu potējies (-usies)/ I have never been immunised</i>	58,9	74,8	80,8	74,2	78,9	76,5	73,7	59,5	76,1	73,9	79,7	77,9	75,9	74,0	73,8
	<i>nezinu/ I don't know</i>	16,1	4,6	2,2	3,1	4,0	5,9	6,0	11,7	4,9	2,3	2,8	4,0	4,2	4,9	5,4
<b>Kopā/ Total</b>	<b>(%)</b>	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	<b>100,0</b>	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>
	<b>(N)</b>	306	325	314	315	242	176	<b>1678</b>	306	306	327	353	323	303	<b>1918</b>	<b>3596</b>

- 7,3 % - pēdējā gada laikā....
- 9,2 % - pēdējo 3 gadu laikā....
- **Nekad: 73,8 %**

©SPKC, Latvijas iedzīvotāju veselības paradumu pētījums, 2016

# Būtiskākie ieguvumi no VVDV?

## ■ Uzņēmējiem:

- » mazāks skaits darba kavējumu (gan īslaicīgo – piemēram, smēķēšanas pauzes, gan ilglaicīgo, piemēram, ārstēšanās un rehabilitācija pēc infarkta vai insulta);
- » samazinātas tiešās un netiešās izmaksas, kas saistītas ar darba nespējas lapu apmaksu, nodarbināto aizvietošanu u.c.;
- » mazāka nodarbināto mainība;
- » vieglāka personāla atlase (vairāk „*bonusu*”, kas tiek piedāvāti nodarbinātajiem);

# Būtiskākie ieguvumi no VVDV?

- » labāka nodarbināto motivācija un iesaiste (vairāk un labāki priekšlikumi uzņēmuma darbības uzlabošanai);
- » efektīvāka darba aizsardzības sistēma;
- » mazāki obligāto veselības pārbaužu izdevumi (veselākiem nodarbinātajiem nav jāveic papildus izmeklējumi, lai arodslimību ārsts sniegtu atbildi par veselības stāvokļa atbilstību veicamajam darbam);
- » augstākas uzņēmuma ētiskās vērtības;

# Būtiskākie ieguvumi no VVDV?

- » augstāka produktivitāte;
- » pozitīvs uzņēmuma tēls un reputācija (tāda darba devēja tēls, kurš rūpējas par saviem nodarbinātajiem);
- » labāka uzņēmuma atpazīstamība (piemēram, nodarbinātie popularizē uzņēmumu, piedaloties sporta pasākumos apģērbā ar darba devēja vai konkrēta produkta logo) u.c.

# Būtiskākie ieguvumi no VVDV?

## ■ Nodarbinātajiem:

- » veselīgāka un drošāka darba vide;
- » ilgāk saglabātas labas darba spējas;
- » labāka veselība, tāpēc labāka konkurētspēja darba tirgū salīdzinājumā ar citiem tāda paša vecuma cilvēkiem;
- » labāka veselība, tāpēc mazāki izdevumi par medikamentiem un ārstu apmeklējumiem;
- » iespējas ietaupīt finanšu līdzekļus (piemēram, samazināsies izdevumi, kas saistīti ar smēķēšanu);



# Būtiskākie ieguvumi no VVDV?

- »zemāks stresa līmenis, labākas attiecības ar līdzcilvēkiem, tāpēc augstāka dzīves kvalitāte;
- »labākas zināšanas un prasmes, kā rūpēties par savu un savas ģimenes locekļu veselību;
- »labāka pašsajūta, tāpēc arī lielāka vēlme aktīvi iesaistīties citos pasākumos, kas vēl vairāk veicina veselības un pašsajūtas uzlabošanos u.c.

# Ko dara uzņēmumi Latvijā?

- Kopējā situācija – maz uzņēmumu par veselības veicināšanu domā sistēmātiski un mērķtiecīgi
- Tomēr – ir arī daudz labu piemēru, par kuriem mēs neuzzinām...
- Prezentācijā – reālu Latvijas uzņēmumu piemēri (no Ilgstpējas indeksa, pieredzes un auditiem uzņēmumos, DAS aptaujas u.c.)!

# VVDD riski?

- VVDD ir arī riski, piemēram:
  - » Veicinot darbinieku pārvietošanos ar velosipēdiem, pieaug traumu skaits...
  - » Atmetot smēķēšanu – pieaug liekā svara problēmas
- Svarīgi – plānojot VVDD pasākumus, apdomāt visus iespējamus scenārijus un riskus!

# Kam tad būtu jānodarbojas ar veselības veicināšanu?

.....„veselības veicināšana darba vietā ir **kopēja** darba devēju, nodarbināto un sabiedrības rīcība veselības un labklājības nodrošināšanai darba vietās”

- Visiem loma un iespējas!
- Protams, darba vietās – darba devējs un darbinieki, bet....
- Būtiska loma pašvaldībām un darbībai lokālā līmenī!
  - » sabiedrības veselības jautājumu lokāla specifika
  - » iespējas ātrai, operatīvai un precīzai rīcībai
  - » atbalsta mehānisms valsts sabiedrības veselības politikas īstenošanai