

Jūrmalas – Pasaules Veselības Organizācijas veselīgo pilsētu (Healthy Cities) kustībā.

Laima Grobiņa
Jūrmalas domes Labklājības pārvaldes
vadītāja
5.marts, Jūrmala .

Veselības sociālās determinantes :

- * dzīves apstākļi
- * izglītības līmenis
- * nodarbinātība
- * sociālekonomiskais statuss
- * darba apstākļi
- * rekreācijas iespējas
- * kultūrā sakņoti paradumi u.c

Veselīga pilsēta .

- Veselīga pilsēta – nevis noteikta veselības līmeņa sasniegšana, bet politisks atbalsts veselības pasākumiem pašvaldībā, sadarbība starp dažādiem pašvaldības sektoriem un NVO, sistēmas izveidošana, mērķtiecīgu un ilgstpējīgu pasākumu realizācija veselības saglabāšanai un veicināšanai.

Princips „Veselība visās politikās”

Veselība visās politikās (VSP) ir uz pierādījumiem balstīta stratēģija mūsdienu sabiedrības veselībā un veselība veicināšanā, kas tiek īstenota ar mērķi ietekmēt veselības determinantes, lai uzlabotu, saglabātu un aizsargātu iedzīvotāju veselību.

Multidisciplināra komanda :

Sadarbība starp dažādiem pašvaldības sektoriem un NVO:

- Kultūras nodaļa
- Sporta nodaļa
- Tūrisma nodaļa,
- transporta nodaļa,
- ekonomikas un attīstības nodaļa,
- izglītības nodaļa
- Sociālo, veselības pakalpojumu sniedzēji
- Latvijas pensionāru federācijas Jūrmalas nodaļa, Jūrmalas Diabēta biedrība, Jūrmalas neredzīgo biedrība un u.c.

Plānošanas dokumenti :

Jūrmalas pilsētas attīstības Stratēģija

Jūrmalas pilsētas tūrisma attīstības stratēģija

Jūrmalas pilsētas kūrorta koncepcija

Jūrmalas pilsētas Sporta attīstības stratēģija

**Jūrmalas Izglītības sistēmas attīstības stratēģija un
u.c.**

Dokumenti izstrādes stadijā

**** Jaunatnes Stratēģija***

**** Veselības veicināšanas plāns 2013– 2020.gadam
sadarbībā ar Rīgas stradiņa Universitāti,
asoc. Prof. A. Villerušu***

■ Darbība kārība :

- * Domes priekšsēdētāja pārraudzībā;
- * Atbildīgā politika vadībā;
- * Darbu veic multi disciplināra komanda
- * Darbu organizējot
administratīvajam koordinatoram ;

Aktivitāšu virzieni :

- Iestrāde nozaru plānošanas dokumentos;
- Iestrāde ikdienas darba plānos un ikdienas uzdevumos un pašvaldības budžetā visās nozarēs;
- Veselības veicinošo projektu realizācija

Veselīgo pilsētu kustības pamatā :

- 5 gadu cikls ar noteiktiem stratēģiskiem mērķiem
- Perioda beigās veikts vērtējums padarītajam
- PVO lēmums par turpmāko atbilstību Veselīgas pilsētas statusam
- Jūrmalas pilsētai atkārtots vērtējums (pirmo reizi 2005.gadā)

Pieredze liecina, ka sekojot minētai darba kārtībai var:

- Palielināt iedzīvotāju izpratni par veselības veicināšanas un veselības saglabāšanas jautājumiem, veidot entuziasmu un aizrautību
- Iesaistīt pašvaldību politikus lēmumu pieņemšanā par veselības veicināšanas jautājumiem

Pieredze liecina, ka sekojot minētajai darba kārtībai var:

- Mērķtiecīgi iesaistīt veselības veicināšanā pašvaldības resursus – administratīvus resursus, sporta un kultūras infrastruktūru (ledus halles, sporta zāles, kultūras namus u.c.)
- Nodrošināt aktuālu un precīzu pēc formas veselības veicinošo projektu esamību pašvaldībās
- Iegūt atgrieznisko saiti no pašvaldībām - datu uzskaiti, to profesionālu izvērtējumu un mērķtiecīgu aktivitāšu turpinājumu

Ilustrācijai - daži mirkļi no no pasākumiem
sekojot stratēģiskajiem mērķiem :

- Fiziskās aktivitātes;
- Veselīga un aktīva novecošana;
- Vienlīdzības nodrošināšana veselības aprūpē;
- Veselīga vide un pilsētplānošana

Fiziskās aktivitātes

- * Sacensību organizācija visiem sportot gribētājiem – atklātie čempionāti hokejā, basketbolā, futbolā;
- Skriešanas seriāls "Dzintara aplī" no aprīļa līdz septembrim reizi mēnesī;
- Ziemā – pavasarī 67 sacensības, no tām 43 pašvaldības finansiāls atbalsts;
- Vasara – rudens 70 – 50.



Pludmales futbols

Sacensības katru nedēļas nogali.



Skriešnas maratons

Pedalītie var visi gan profesionāli kandidāti, gan ģimenes ar bērniem.



Riteņbraukšanas maratons

P iedalās profesionāli kandidāti, gan ģimenes ar bērniem.



Skrituļošanas maratons

Piedalās profesionāli kandidāti un visi kas vēlas.

Līvija Muša – ilggadēja Jūrmalas sporta veterāne, vieglatlēte





Veterānu slēpošana.

Madona



Brīvā cīņa .

- Andris Kāposts 2. vieta



Veterāni .

Jēkabpīlī



Majoru ledushalle

Sporta studas bērniem, gan sporta skolas nodarbības.



Dzintara mežaparks

Teritorija aktīvai atpūtai bērniem no 1,gada vecuma,skatu tornis, skrituļslidošanas trase, ziemā – slēpošanas trase.

Fiziskās aktivitātes

- Ci - gun vingrošana brīvā dabā - jūras krastā, mežā. Invalīdu biedrība « Kopā būt» ;
- Fizeoterepeita konsultācijas un peldēšanas un vingrošanas nodarbības sanatorijā
- « Belorusija»

Fiziskās aktivitātes :

PA "Jūrmalas sociālās aprūpes centrs"

Ergoterapeita un fizioterapeita pakalpojumi
pensijas vecuma cilvēkiem un personām ar
funkcionāliem traucējumiem

- nodarbības tiek veiktas gan individuāli gan grupās - ārstnieciskās vingrošanas grupas pacientiem ar muguras jostas daļas, muguras kakla un krūšu daļas un sirds-asinsrites traucējumiem.















Veselīga aktīva novecošana :

PA" Jūrmalas sociālās aprūpes centrs"

- "Vingrošana ūdenī, kā metode liekā svara mazināšanai"

Fizioterapeita vadībā apmacīti fiziskām aktivitātēm ūdenī, izgītoti, motivēti un atbalstīti samazināt lieko svaru.



Vingrošana ūdenī

Veicināta izpratne par iespējām izmantot pilsētā pieejamos dabas resursus veselības uzlabošanā.



Vingrošana ūdenī.

Dalībnieki aktivizēti un atbalstīti centienos samazināt lieko svaru un dzīvot veselīgi.

Veselīga un aktīva novecošana

- Sociālās atstumtības mazināšanai – dienas centrs pensionāriem ar dažādām tematiskajām grupām. Ieguvis lielu popularitāti.
- Izveidota un atlaižu sistēma maršruta autobusos pilsētā .
- Aktīvu dzīves pozīciju uztur vecākas paaudzes deju kolektīvs un kori.



Dienas centrs

Senioru dejas



Dienas centrs

Ziemassvētki



Ziemašsvētki

Dienas centrs



Senioru sporta spēles

Ne tika sports, bet arī dziesmas !



senioru Sporta spēles

Dienas centra komanda



‘Ābelīte”

Deju kolektīvs.



“Ābelīte”

Deju kolektīvs



"Ābelīte"

Deju kolektīvs



“Priede”

koris



Krievu biedrības vokālā grupa.

Uzstāšanās starptautiskās diabēta dienas pasākumā.

“Senioru veselīga dzīves veida skola.”

KRC « Sanare»

- fizeoterapeits, uztura speciālists izglītoja par veselīga dzīvesveida pamatprincipiem, veselīgu, sabalansētu uzturu un piemērotām fiziskajām aktivitātēm dažādām vecuma grupām;
- Nodarbības fizeoterapeitu vadībā, gan grupās gan individuāli
- Peldēšanas nodarbības

Veselīga un aktīva novecošana:

- Sadarbība ar SIVA - nūjošanas grupas, fiziskās aktivitātes fizeoterapeita vadībā, peldēšanas nodarbības;

Nodrošināt vienlīdzību veselības jomā.

- * pašvaldības sociālais pabalsts sociāli mazaizsargātām iedzīvotāju grupām veselības aprūpei;
- * Īslaicīgi sociālie pakalpojumi institūcijā ar mērķi lai radītu iespēju nodrošināt ģimenes ārsta vai ārsta speciālista ārstēšanas plānu, kas nav iespējams dzīves vietā sociālu iemeslu dēļ;

Nodrošināt vienlīdzību veselības jomā.

Health equity.

- nodrošināta dienas centra darbībapersonām ar garīga rakstura traucējumiem;
- farmaceitiskās aprūpes pieejamība iedzīvotājiem –Kemeru aptieka;
- Izsludināti un atbalstīti projekti veselības veicināšanai un saglabāšanai;

Nodrošināt vienlīdzību veselības jomā.

Health eity.

- Atbalsts zobu sakodiena anomāliju regulēšanai bērniem;
- Speciālais transports cilvēkiem ar pārvietošanās grūtībām.
- Speciālā transporta pakalpojumi, tai skaitā nodrošinot nokļūšanu uz hemodialīzi.
- Tbc pacientu ārstēšanās motivācijai - pašvaldības sedz un ceļa izdevumus un ēdienreizi saņemot medikamentus.

Nodrošināt vienlīdzību veselības jomā.

- * pašvaldības sociālais pabalsts sociāli mazaizsargātām iedzīvotāju grupām veselības aprūpei;
- * Īslaicīgi sociālie pakalpojumi institūcijā ar mērķi lai radītu iespēju nodrošināt ģimenes ārsta vai ārsta speciālista ārstēšanas plānu, kas nav iespējams dzīves vietā sociālu iemeslu dēļ;

Nodrošināt palīdzību veselības jomā.

Health eity.

- Darbojas atkarību profilakses centrs ar šļirču maiņu, HIV ekssprestestiem un nepieciešamās informācijas saņemšanas iespējām;
- Metadona programma, kuras realizācija tiek atbalstīta arī no pašvaldības līdzekļiem;

Nodrošināt vienlīdzību veselības aprūpes jomā.

“Diabēta dienas ”

- Pasākumu cikls, kas aicina pievērst uzmanību savai pašsajūtai un iespējamām pazīmēm saslimstot ar diabētu.
- Diabēta gadījumā – kā sadzīvot ar diabētu, diabēts kā dzīvesveids



Diabēta dienu pasākums

Informācija par ieejamajiem veselības aprūpes pakalpojumiem



Diabēta dienas

Biedrības vadība un pasākumu organizatori.



Diabēta dienas

Holeterīna līmeņa noteikšana.

Veselīga vide un veselīga pilsētplānošana.



Veselīga vide un veselīga pilsētplānošana.

Vides diena



Putnu dienas



Jūrmalas pilsētai ir īpaši aizsargājamās dabas teritorijas -

Lielupes grīvas pļavas



Dabas parks raga kāpa



Ķemeru nacionālais parks.



Veselīga vide un veselīga pilsētplānošana.

- teritorijas tiek apsaimniekotas gan sadarbībā ar valsts iestādēm, gan pēc pašvaldības iniciatīvas;
- Stiprināti un atjaunoti kārklu stādījumi pludmalē
- Atjaunoti priežu stādījumi kāpu joslā
- Apsaimniekoti meži visā Jūrmalas teritorijā



Iedzīvotāju iesaistīšana.

Darba gaita.

Iedzīvotāju iesaistīšana

- Iedzīvotāju konsultatīvā padome
- Tiek sniegta iespēja darba videi (telpas nevalstiskām organizācijām, kurām tas nepieciešams)
- sadarbība integrācijas un veselības projektu realizācijā; Jūrmalas diabēta biedrība, Jūrmalas politiski represēto apvienība, Latvijas sarkanā krusta Jūrmalas nodaļa, Jaunatnes Atturības Federācija un citas



Paldies par veltīto uzmanību !