

## 4.2.11. AR VESELĪBU SAISTĪTĀS TEMATISKĀS DIENAS UN IETEIKUMI TĒMU AKTUALIZĒŠANAI

### 4.2.11. AR VESELĪBU SAISTĪTĀS TEMATISKĀS DIENAS UN IETEIKUMI TĒMU AKTUALIZĒŠANAI

Visa kalendārā gada garumā Pasaules Veselības organizācija un citas starptautiskas institūcijas, kas par savas darbības mērķi izvirzījušas sabiedrības uzmanības pievēršanu un cīņu ar dažādām veselības problēmām, ir noteikušas veselības dienas, kurās tiek aktualizēti un uzsvērti konkrētie problēmjautājumi. Šo tematisko dienu ietvaros visā pasaulē tiek rīkotas informatīvās un reklāmas kampaņas, zibakcijas, akcijas, semināri, vebināri u. c. pasākumi. Viens no iemesliem šādai konkrētu aktivitāšu koncentrēšanai noteiktā dienā vai laika periodā ir iespēja panākt plašāku problēmas apzināšanu sabiedrībā. Nozīmīga loma ir arī izglītības iestādei konkrētās ar veselību saistītās tēmas aktualizēšanā izglītojamajiem, izglītojamo vecākiem un izglītības iestādes darbiniekiem.

**Šajā tabulā apkopoti datumi, kuros pasaulē tiek aktualizētas noteiktas ar veselību saistītas tēmas:**

Janvāris	
1.-31. janvāris	Dzemes kakla vēža izpratnes veicināšanas mēnesis/Cervical Cancer Awareness Month
Februāris	
4. februāris	Pasaules pretvēža diena/World Cancer Day
28. februāris	Reto slimību diena/Rare Disease Day
Marts	
3. marts	Pasaules dzirdes diena/World Hearing Day
4. marts	Starptautiskā CPV izpratnes veicināšanas diena/International HPV Awareness Day
4.-11. marts	Sāls izpratnes veicināšanas nedēļa/Salt Awareness Week

<b>Marta</b> <b>ceturtdiena</b>	<b>otrā</b>	Pasaules nieru diena/World Kidney Day
<b>Marta</b> <b>piektdiena</b>	<b>trešā</b>	Pasaules miega diena/World Sleep Day
<b>20. marts</b>		Pasaules mutes veselības diena/World Oral Health Day
<b>22. marts</b>		Pasaules ūdens diena/World Water Day
<b>24. marts</b>		Pasaules tuberkulozes diena/World Tuberculosis Day
<b>Aprīlis</b>		
<b>6. aprīlis</b>		Pasaules fizisko aktivitāšu diena/ World Day for Physical Activity
<b>7. aprīlis</b>		Pasaules veselības diena/World Health Day
<b>24.-30. aprīlis</b>		Pasaules imunizācijas nedēļa/World Immunization Week
<b>28. aprīlis</b>		Pasaules darba drošības un veselības diena/World Day for Safety and Health at Work
<b>Maijs</b>		
<b>Maija</b> <b>trešdiena</b>	<b>pirmā</b>	Pasaules mātes psihiskās veselības diena/ World Maternal Mental Health Day
<b>5. maijs</b>		Pasaules roku higiēnas diena/World Hand Hygiene Day
<b>15. maijs</b>		Starptautiskā ģimeņu diena/International Day of Families
<b>15. maijs</b>		Starptautiskā ūdens drošības diena/International Water Safety Day
<b>17. maijs</b>		Pasaules hipertensijas diena/World Hypertension Day
<b>31. maijs</b>		Pasaules diena bez tabakas/World No Tobacco Day
<b>Jūnijs</b>		
<b>1. jūnijs</b>		Starptautiskā bērnu aizsardzības diena/International Children's Day
<b>7. jūnijs</b>		Pasaules pārtikas drošības diena/World Food Safety Day
<b>14. jūnijs</b>		Pasaules asins donoru diena/World Blood Donor Day
<b>26. jūnijs</b>		Starptautiskā diena pret narkotisko vielu lietošanu un nelegālu izplatīšanu/International Day Against Drug Abuse and Illicit Trafficking
<b>Jūlijs</b>		
<b>25. jūlijs</b>		Pasaules noslīkšanas novēršanas diena/World Drowning Prevention Day

<b>28. jūlijs</b>	Pasaules hepatīta diena/World Hepatitis Day
<b>Augusts</b>	
<b>1.-7. augusts</b>	Pasaules zīdīšanas veicināšanas nedēļa/World Breastfeeding Week
<b>31. augusts</b>	Starptautiskā pārdozēšanas izpratnes veicināšanas diena/International Overdose Awareness Day
<b>Septembris</b>	
<b>1.-30. septembris</b>	Veselības veicināšanas mēnesis
<b>4. septembris</b>	Pasaules seksuālās veselības diena/World Sexual Health Day
<b>10. septembris</b>	Pasaules pašnāvību novēršanas diena/World Suicide Prevention Day
<b>17. septembris</b>	Pasaules pacientu drošības diena/World Patient Safety Day
<b>26. septembris</b>	Pasaules kontracepcijas diena/World Contraception Day
<b>29. septembris</b>	Pasaules sirds diena/World Heart Day
<b>Oktobris</b>	
<b>1.-31. oktobris</b>	Krūts veselības mēnesis/Breast Cancer Awareness Month
<b>1. oktobris</b>	Starptautiskā senioru diena/International Day of Older Persons
<b>10. oktobris</b>	Pasaules psihiskās veselības diena/World Mental Health Day
<b>Oktobra otrā ceturtdiena</b>	Pasaules redzes diena/World Sight Day
<b>15. oktobris</b>	Vispasaules roku mazgāšanas diena/Global Handwashing Day
<b>16. oktobris</b>	Pasaules uztura diena, saukta arī par Pasaules pārtikas dienu/World Food Day
<b>17. oktobris</b>	Pasaules traumu diena/World Trauma Day
<b>18. oktobris</b>	Pasaules menopauzes diena/World Menopause Day
<b>21. oktobris</b>	Pasaules joda deficīta diena/World Iodine Deficiency Day
<b>29. oktobris</b>	Pasaules insulta diena/World Stroke Day
<b>Novembris</b>	
<b>1.-30. novembris</b>	Vīriešu veselības mēnesis/Men's Health Awareness Month
<b>2. novembris</b>	Starptautiskā D vitamīna diena/International Vitamin D Day
<b>10. novembris</b>	Pasaules imunizācijas diena/World Immunization Day
<b>12. novembris</b>	Pasaules pneimonijas diena/World Pneumonia Day

<b>14. novembris</b>	Pasaules diabēta diena/World Diabetes Day
<b>15. novembris</b>	Pasaules diena bez alkohola/World No Alcohol Day
<b>18. -24. novembris</b>	Pasaules antibiotiku rezistences nedēļa/World Antibiotic Awareness Week
<b>26. novembris</b>	Pasaules dzelzs deficīta diena/World Iron Deficiency Day
<b>Decembris</b>	
<b>1. decembris</b>	Pasaules AIDS diena/World AIDS Day
<b>3. decembris</b>	Starptautiskā personu ar funkcionāliem traucējumiem diena/International Day of Persons with Disabilities

### **Ieteikumi tematisko veselības dienu aktualizēšanai izglītības iestādē:**

- ❖ tematiski raksti izglītības iestādes mājaslapā, sociālajos tīklos, iestādes avīzē;
- ❖ informēšanas kampaņu un izglītojošu pasākumu organizēšana (semināri, diskusijas), piesaistot vietējās NVO, ģimenes ārstus u. c. speciālistus;
- ❖ informatīvo materiālu izvietošana izglītības iestādēs (piemēram, izveidot informatīvo stendu ar SPKC informatīvajiem materiāliem, plakātiem, infografikām);
- ❖ izmantot SPKC izstrādātos materiālus mācību darbā atbilstoši tematiskajām veselības dienām (infografikas, video, prezentācijas, darba lapas u. c.);
- ❖ sporta un veselības dienu organizēšana;
- ❖ radošo konkursu īstenošana izglītības iestādēs;
- ❖ tematisko veselības dienu aktualizēšana projektu nedēļās;
- ❖ tematisko veselības dienu aktualizēšana izglītojamajiem klases stundās;
- ❖ tematisko veselības dienu aktualizēšana skolēnu padomē (ierosināt skolēnu padomes dalībniekus rīkot pasākumus atbilstoši tematiskajām veselības dienām);
- ❖ informatīvu materiālu (atbilstoši tematiskajām veselības dienām) izplatīšana izglītojamo vecākiem;
- ❖ veselības tēmu iekļaušana skolēnu zinātniskās pētniecības darbos.