



Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

# ESF projekta “Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi” aktualitātes

**Kristīne Pavasare**

Projektu vadības nodaļa

Tālr.:+371 67876175, e-pasts: [kristine.pavasare@vm.gov.lv](mailto:kristine.pavasare@vm.gov.lv)



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

ESF projekts “Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi”  
(9.2.4.1/16/I/001)

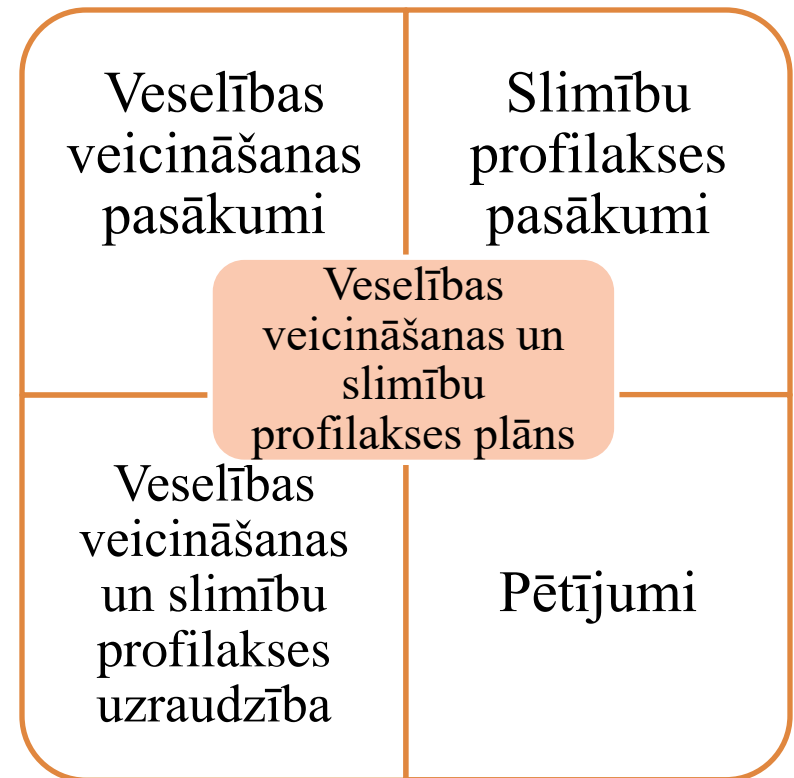
**Projekta īstenošanas laiks:** 01.11.2016.-  
31.12.2022.

**Finansējuma saņēmējs:** Veselības ministrija.

**Projekta mērķis:** uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem.

**Projekta mērķa grupa:** visi Latvijas iedzīvotāji, jo īpaši teritoriālās, sociālās atstumtības un nabadzības riskam pakļautās iedzīvotāju grupas.

**Sadarbības partneri:** SPKC, VI, Paula Stradiņa MVM, ZVA.





Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

Izstrādāts **Veselības veicināšanas un slimību profilakses plāns** - plānu paredzēts aktualizēt pēc nepieciešamības, bet ne retāk kā reizi gadā

Izstrādāta **web platforma**– [www.ESparveselibu.lv](http://www.ESparveselibu.lv) Katru mēnesi aktualizēts pasākumu kalendārs, kurā atrodama informācija par visiem publiski pieejamajiem pasākumiem.



#ES

PAR VESELĪBU



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

## Vispārējie sabiedrības veselības veicināšanas pasākumi

Fiziskās aktivitātes veicināšanas kampaņa

Kampaņa par atkarību izraisošo vielu lietošanas izplatības mazināšanu

Seksuālās un reproduktīvās veselības veicināšanas kampaņa

Psihiskās veselības veicināšanas kampaņa

Veselīga uztura veicināšanas kampaņa

Kampaņa pacientu līdzestības veicināšanai racionālā un ekonomiski pamatotā zāļu lietošanā

Kampaņa, lai aicinātu iedzīvotājus vērsties pie ģimenes ārsta regulāri veikt profilaktiskās pārbaudes



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Kampaņa par fizisko aktivitāšu veicināšanu

- Informatīvie materiāli dažādām iedzīvotāju mērķa grupām
- Kustinatoru kustība, kas aicinās iedzīvotājus uz fiziskajām aktivitātēm
- Vislatvijas izglītojošā skolu programma
- Eksperiments Pozitīvais blakusefekts
- Motivējošie mini video
- Veselīgu hobiju iedzīvināšana
- Dažādas aktivitātes sociālajos tīklos
- Draugiem.lv: <https://www.draugiem.lv/kustinacija/>
- Facebook: <https://www.facebook.com/KustiNacija/>
- Instagram: [https://www.instagram.com/kusti\\_nacija/](https://www.instagram.com/kusti_nacija/)







NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Kampana par atkarību izraisošo vielu lietošanas izplatības mazināšanu

Apakstēmas:

- ✓ smēķēšanas izplatības mazināšana;
- ✓ alkoholisko dzērienu lietošanas ierobežošana.

Pasākumi:

- informatīvie materiāli dažādām iedzīvotāju mērķa grupām;
- piecas izglītojošās filmas «Spēks pateikt NĒ»;
- reklāma (TV, radio, vides reklāma, soc. tīkli u.c.);
- kustība smēķēšanas izplatības mazināšanai;
- reģionālie pasākumi;
- dažādas aktivitātes sociālajos tīklos.

**SPĒKS  
PATEIKT**

**NĒ!**



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Kampaņa par seksuālo un reproduktīvo veselību

**Mērķis** – izglītot sabiedrību par seksuālās un reproduktīvās veselības jautājumiem, veicinot pārdomātu rīcību (t.sk. par efektīvu kontracepcijas metožu izmantošanu un seksuāli transmisīvo infekciju profilaksi), mazinot mītus un sekmējot seksuāli transmisīvo infekciju (t.sk. HIV) izplatības un nevēlamu grūtniecību skaita samazināšanos.

Kampaņas ietvaros paredzētas:

- dažādas aktivitātes gan nacionālajos, gan reģionālajos medijos;
- informatīva un izglītojoša rakstura akcija vai pasākumi 7 – 12 klašu skolēniem;
- publiski pasākumi plašākai sabiedrībai;
- seši informatīvie materiāli dažādām iedzīvotāju mērķa grupām;
- četri video materiāli (izglītojošas īsfilmas vai mācību filmas).





NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

## Nepārmaksā par zālēm

Iedzīvotāju informēšana:

- par iespēju izvēlēties lētākas cenas zāļu analogus
- par daudzu kompensējamo zāļu cenu samazinājumu

Informēšanas pasākumi:

- radio
- sociālie tīkli
- dažādi interneta portāli
- vides reklāma

**Nepārmaksā  
par zālēm**

Daudzām zālēm Latvijā  
ir zemākas cenas analogi





NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Sirds slimību profilakse 40 – 65 gadiem

Iedzīvotāju informēšana par bezmaksas sirds slimību profilakses programmu cilvēkiem vecumā no 40 – 65 gadiem

Informēšanas pasākumi:

- TV
- radio
- sociālie tīkli
- dažādi interneta portāli





NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

# Nacionāla mēroga veselības veicināšanas pasākumi mērķa grupām un vietējai sabiedrībai

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

- Kopš 2017.gada maija tiek īstenotas divas **muzejpedagoģiskās programmas** – programma par uztura paradumiem (*pieejama Farmācijas muzejā*) un programma par alkohola lietošanas ietekmi uz veselību (*P.S. Medicīnas vēstures muzejā*)
- Kopš 2017.gada novembra P.S. Medicīnas vēstures muzejā pieejama **izstāde “Garīgā veselība”**, kā arī sagatavota **ceļojošā izstāde par depresiju**, kura pieejama eksponēšanai visos Latvijas reģionos.





NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

2018. gada beigās plānots organizēt izstādi:

## „Seksuālā un reproduktīvā veselība”

(realizācijas laiks līdz 01.10.2019.).

**Izstādes mērķis:** sasaistē ar vēsturiskajiem aspektiem sniegt iedzīvotājiem informāciju par seksuālo un reproduktīvo veselību un ar to saistītajām problēmām dažādos vecuma posmos.

- Viena no izstādes tēmām ir STI riski pusaudžu vecumā, iekļaujot arī informāciju par cilvēka imūndeficīta vīrusu (HIV).
- Izstādē tiks izmantoti P.S. Medicīnas vēstures muzeja krājumos esoši plakāti par prezervatīvu lietošanu, HIV, prezervatīvu automāts, prezervatīvu kolekcija, informatīvs izdales materiāls “Attiecības un veselība - mana atbildība” (SPKC) u.c.



Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

## I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



“Eņģeļiem un velniem”. Cīņa ar AIDS.  
Vācija, Ķelne, 2008. gads.



Kruta fīča! Izvēlies drošu seksu!” AIDS  
profilakses centrs. Latvija, 2004. gads.



Ginekoloģes Orleānas prezervatīvu kolekcija

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Programma pirmsskolas un sākumskolas vecuma bērniem par mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem

- Programma tiek īstenota no 2018.gada augusta līdz decembrim.
- Programma piedalījušies ~18 000 pirmsskolas vecuma bērni no 4 gadu vecuma un 1. – 2. klašu skolēni. Programma ir pielāgota arī bērniem ar īpašām vajadzībām, redzes un dzirdes invalīdiem.
- Galvenie jautājumi :
  - *Kādi ir veselīga uztura pamatprincipi?*
  - *Kādi produkti kaitē zobiem un kas ir veselīgas uzkodas?*
  - *Pareiza zobu kopšana.*

Pēc nodarbībām katrs dalībnieks saņem zobu birsti, dvieļi un informatīvo materiālu par pareizu zobu kopšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem.



I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Programma pirmsskolas un sākumskolas vecuma bērniem par mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem





I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Programma pirmsskolas un sākumskolas vecuma bērniem par mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

## Programma pirmskolas un sākumskolas izglītības iestāžu pedagogiem par mutes un zobu veselības veicināšanu saistībā ar veselīga uztura paradumiem


- Programma tika īstenota no 2018.gada augusta līdz decembrim.
- Programmas ietvaros ir izstrādāts metodisko ieteikumu materiāls, lai pedagogiem sniegtu praktiskus padomus, plānojot nodarbību saturu par mutes dobuma un zobu veselības veicināšanā, kā arī, lai sekmētu labu sadarbību ar bērnu vecākiem.
- Programmas ietvaros īstenoti 12 semināri dažādās vietās Latvijā.
- Semināros piedalījušies 300 pirmskolas un sākumskolas pedagogi.




I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Apmācības izglītības un sociālo iestāžu ēdināšanas uzņēmumos strādājošiem pavāriem, pārtikas tehnologiem un citiem speciālistiem par veselīga uztura jautājumiem

- Apmācību ietvaros ir sagatavotas rokasgrāmatas.
- Apmācības uzsāktas **2018.gada jūnijā**.
- Kopumā plānots līdz **2019.gada 31.augustam** organizēt **18** apmācības visos Latvijas reģionos, kopumā apmācot **431** mērķauditorijas pārstāvjus.



Apmācības bērnu aprūpes iestāžu, kas sniedz ģimeneskai videi pietuvinātus pakalpojumus, darbiniekiem un klientiem par veselīga uztura jautājumiem



Apmācības izglītības un sociālo iestāžu ēdināšanas uzņēmumos strādājošajiem pavāriem, pārtikas tehnologiem un citiem speciālistiem par veselīga uztura jautājumiem

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Apmācības bērnu aprūpes iestāžu darbiniekiem un klientiem par veselīga uztura jautājumiem

- No **2018.gada augusta** tiek īstenotas **apmācības** bērnu aprūpes iestāžu, kas sniedz ģimeniskai videi pietuvinātus pakalpojumus, darbiniekiem un klientiem par veselīga uztura jautājumiem.
- Kopumā līdz **2019.gadam** tiks organizētas **7** apmācības visos Latvijas reģionos, apmācot **154** mērķauditorijas pārstāvjus.







Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

# Slimību profilakses pasākumi

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## **Pilotprojekts smēķēšanas atmešanai**

### **Mērķis**

- 1) Primārās un perinatālās aprūpes speciālistu lomas stiprināšana, sniedzot speciālistiem metodisku atbalstu darbā ar smēķējošo pacientu motivēšanu smēķēšanas atmešanai,
- 2) Smēķēšanas atmešanas atbalsta grupas programmas izstrādāšana un testēšana, lai izvērtētu smēķēšanas atmešanas atbalsta grupas programmas efektivitāti un pielietojamību kardiovaskulāro un onkoloģisko slimību profilakses ietvarā.

Smēķēšanas atmešanas atbalsta programmas pielietojamības pārbaudīšanā paredzēta 600 dalībnieku iesaiste (dalībnieku skaits, kuri uzsāk atbalsta grupu nodarbību kursu).

60 dalībnieki grūtnieces vai jaunās māmiņas.

Kopumā vismaz 50 atbalsta grupas.

Pilotprojekts noris no 2017.gada septembra līdz 2019.gada septembrim.



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Izstrādāta metodiskā rokasgrāmata primārās un perinatālās aprūpes speciālistiem

**Rokasgrāmatas mērķis:** sniegt padomus un ieteikumus rīcībai darbā ar pacientu konsultēšanu.

Rokasgrāmatu saņēma 1860 Latvijas primārās aprūpes ārstu prakses (~85% no visiem primārās aprūpes speciālistiem Latvijā).

Rokasgrāmata ir pieejama bez maksas interneta vietnē:

<http://esparveselibu.lv/nacionalie/pilotprojekts-smekšanas-atmesanai/>

### Kā palīdzēt pacientiem atmest smēķēšanu

Rokasgrāmata primārās un perinatālās aprūpes speciālistiem nikoīna atkarīgu pacientu diagnosticēšanai un īsās intervences sniegšanai pacientu smēķēšanas atmešanas veicināšanai







NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020

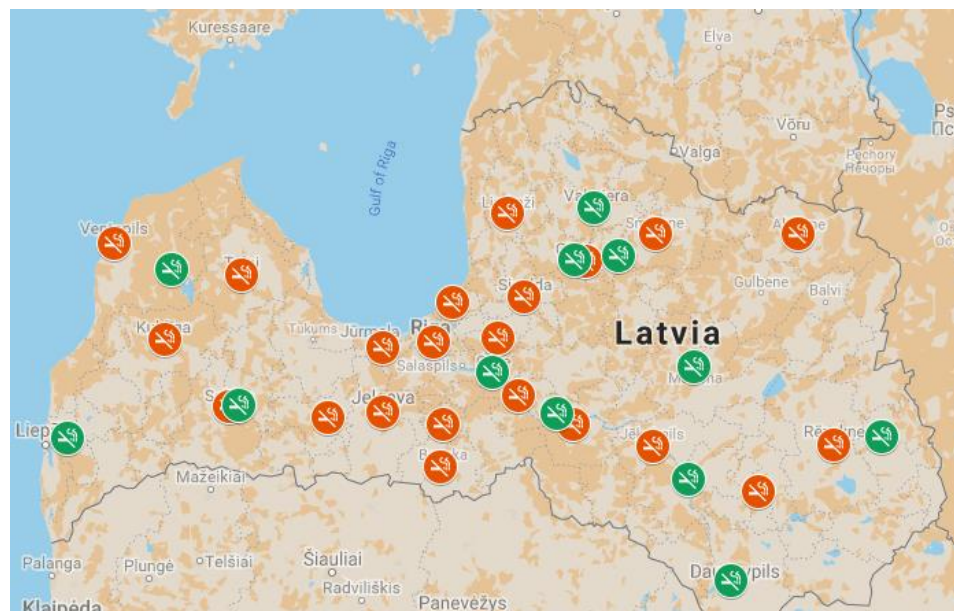


EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

## Aktualitātes/progress

- Nokomplektētas 35 smēķēšanas atmešanas atbalsta grupas visā Latvijā;
- 2 slēgta tipa grupas ieslodzījuma vietā;
- 2 grupas organizētas smēķējošām grūtniecēm un jaunajām māmiņām, abas krīzes centos;
- Kopumā informatīvo nodarbību apmeklēja 363 cilvēki\*;
- Līdz 2019. gada martam tiks nokomplektētas vēl vismaz 20 smēķēšanas atmešanas atbalsta grupas.



Pieteikšanās mājaslapā: [nesmekesu.lv](http://nesmekesu.lv)

\*Atbilstoši 20.11.2018. sniegtai informācijai



Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

# Sabiedrības veselības pētījumi



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## **Uzsāktie sabiedrības veselības pētījumi**

- Procesi atkarību (azartspēles, datoratkarība, jaunās tehnoloģijas u.c.) izplatība Latvijas iedzīvotājiem un to ietekmējošie riska faktori (2018.gada janvāris – 2019. gada aprīlis).
- Izglītības iestāžu vides kvalitātes un drošuma pētījums (2017.gads -2022.gads).
- Pētījums par sāls patēriņu un joda patēriņu Latvijas pieaugušo iedzīvotāju populācijā (2018.gada jūnija līdz 2020.gada maijs).
- Latvijas iedzīvotāju kardiovaskulāro un citu neinfekcijas slimību riska faktoru šķērsriezuma pētījums (2018. gada 2. augusts līdz 2020. gada novembris).
- Latvijas iedzīvotāju vīrs darbaspējas vecuma veselību ietekmējošo paradumu un funkcionālo spēju pētījums (2018. gada decembris līdz 2020. gada janvāri).



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

# Pašvaldībās īstenoto pasākumu saturiskā uzraudzība



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## ESF 9.2.4.2. pasākumu saturiskā uzraudzība

- Sākta 2017.gada 16.oktobrī.
- līdz š.g. 30.novembrim veiktas **103 izlases veida pārbaudes**.
- Atlasē piedalās pārstāvji no VM un SPKC.
- Katru mēnesi pārbaudes tiek veiktas vienā reģionā, kuru nosaka pēc nejaušības principa.
- A tlasēs veikšanai attiecīgā reģiona projekti tiek iedalīti 3 (trīs) izlases kopās, atbilstoši SAMP 9.2.4.2. projektu riska pakāpēm un pēc nejaušības principa tiek atlasīti **8 (astoņi) 9.2.4.2. pasākuma finansējuma saņēmēju pasākumi**:
  - 4 (četri) no SAMP 9.2.4.2. augsta riska pakāpes projektiem;
  - 3 (trīs) no SAMP 9.2.4.2. vidēja riska pakāpes projektiem;
  - 1 (viens) no SAMP 9.2.4.2. zema riska pakāpes projekta.



I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Veiktās uzraudzības izlases veida pārbaudes pa reģioniem (laikā no 2018.gada janvāra līdz maijam)

N.p.k.	Reģions	9.2.4.2. pasākuma finansējuma saņēmējs	Mēnesis	Skaitis
1.	Zemgale	Jēkabpils pilsēta, Ozolnieku nov., Jelgavas nov., Jelgavas pilsēta, Skrīveru nov., Aknīstes nov., Jauņjelgavas nov., Bauskas nov.,	Janvāris	8
2.	Vidzeme	Burtnieku nov., Jelgavas nov., Alūksnes nov., Kocēnu nov., Valmieras pilsēta, Gulbenes nov., Naukšēnu nov., Madonas nov.	Februāris	8
3.	Latgale	Balvu nov., Ilūkstes nov., Daugavpils nov., Daugavpils pilsēta, Rugāju nov., Viļakas nov., Preiļu nov., Aglonas nov.	Marts	8
4.	Zemgale	Aizkraukles nov., Dobeles nov., Rundāles nov., Jelgavas nov., Iecavas nov., Krustpils nov.	Aprīlis	6
5.	Vidzeme	Apes nov., Valmieras pilsēta, Smiltenes nov., Burtnieku nov., Amatas nov., Strenču nov., Cēsu nov., Valkas nov.	Maijs	8

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Veiktās uzraudzības izlases veida pārbaudes pa reģioniem (laikā no 2018.gada jūnija līdz novembrim)

N.p.k.	Reģions	9.2.4.2. pasākuma finansējuma saņēmējs	Mēnesis (pārbaude 2018. gadā)	Skaits
6.	Kurzeme	Ventspils nov., Liepājas pilsēta, Kuldīgas nov., Saldus nov., Alsungas nov.	Jūnijs	5
7.	Rīgas reģions	Ķekavas nov., Kandavas nov., Tukuma nov., Jūrmalas pilsēta, Lielvārdes nov., Stopiņu nov., Ropažu nov., Ķeguma nov.	Jūlijs	8
8.	Vidzeme	Cēsu nov., Apes nov., Amatas nov., Smiltenes nov., Valmieras pilsēta, Alūksnes nov., Valkas nov., Streču nov.	Augusts	8
9.	Latgale	Daugavpils nov., Vārkavas nov., Riebiņu nov., Ilūkstes nov., Ludzas nov., Ciblas nov.	Septembris	6
10.	Kurzeme	Rucavas nov., Rojas nov., Brocēnu nov., Grobiņas nov., Skrundas nov., Talsu nov., Ventspils pilsēta, Pāvilostas nov.	Oktobris	8
11.	Zemgale	Jēkabpils pilsēta, Salas nov., Jēkabpils nov., Dobeles nov., Vecumnieku nov., Auces nov., Iecavas nov., Kokneses nov.	Novembris	8



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Veikto uzraudzības izlases veida pārbaužu rezultāti no 2018.gada janvāra līdz oktobrim

Kategorijas	Pasākumu skaits
Pasākumam nepieciešami būtiski uzlabojumi	2
Pasākums kopumā ir atbilstošs, ir nepieciešami atsevišķi uzlabojumi	17
Pasākums ir atbilstošs (var tikt ieteikts kā labās prakses piemērs)	54





NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Labās prakses piemēri

- **Ropažu novadā** – *Dienas nometne jauniešiem par veselīgu dzīvesveidu (veselīgs uzturs, stafetes, orientēšanās, laivošana u.c. aktivitātes).*
- **Valmieras pilsētas pašvaldībā** – *Lekcija «Tu kļūsti pieaudzis!» par seksuālo un reproduktīvo veselību, pārmaiņām pusaudžu vecumā.*
- **Brocēnu novadā** – *Nodarbība par psiholoģisko aspektu ietekmi uz sirds un asinsvadu veselību senioriem.*
- **Lielvārdes novadā** – *Dienas āra nometne «Dzīvo un priecājies brīvs!» par veselīgu savstarpējo attiecību veidošanu un atkarību mazināšanu bērniem no sociālā riska ģimenēm.*
- **Alūksnes novadā** – *Īdens aerobika grūtniecēm ar kopīgu relaksāciju pie tējas krūzes pēc nodarbības*



Veselības ministrija

# Fotoattēli no īstenotajiem pasākumiem (1)





Veselības ministrija

## Fotoattēli no pasākumiem (2)





Veselības ministrija

## Fotoattēli no pasākumiem (3)





Veselības ministrija

## Fotoattēli no pasākumiem (4)





Veselības ministrija

## Biežākie ieteikumi pēc pārbaudēm

- Izmantot daudzveidīgākus informācijas nodošanas kanālus, lai sasniegtu lielāku mērķauditorijas skaitu;
- Pēc pasākuma nodrošināt atsauksmju ievākšanu no pasākuma dalībniekiem;
- Kontrolēt aktivitāšu norisi un sekot līdz pareizai vingrojumu izpildei;
- Iekļaut nodarbībā praktiskus padomus, ko dalībnieki varētu izmantot ikdienā;
- Pārdomāt nodarbībā iekļauto aktivitāšu apjomu, sniedzot padziļinātāku informāciju par apskatāmo tēmu.



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

## Pārskatu vērtēšana

Līdz 2019. gada februārim tiks īstenota pašvaldību sagatavoto pārskatu par projekta ieviešanu izvērtēšana un atzinumu sniegšana par pašvaldībās īstenoto projektu ieviešanas lietderību un efektivitāti.



Veselības ministrija

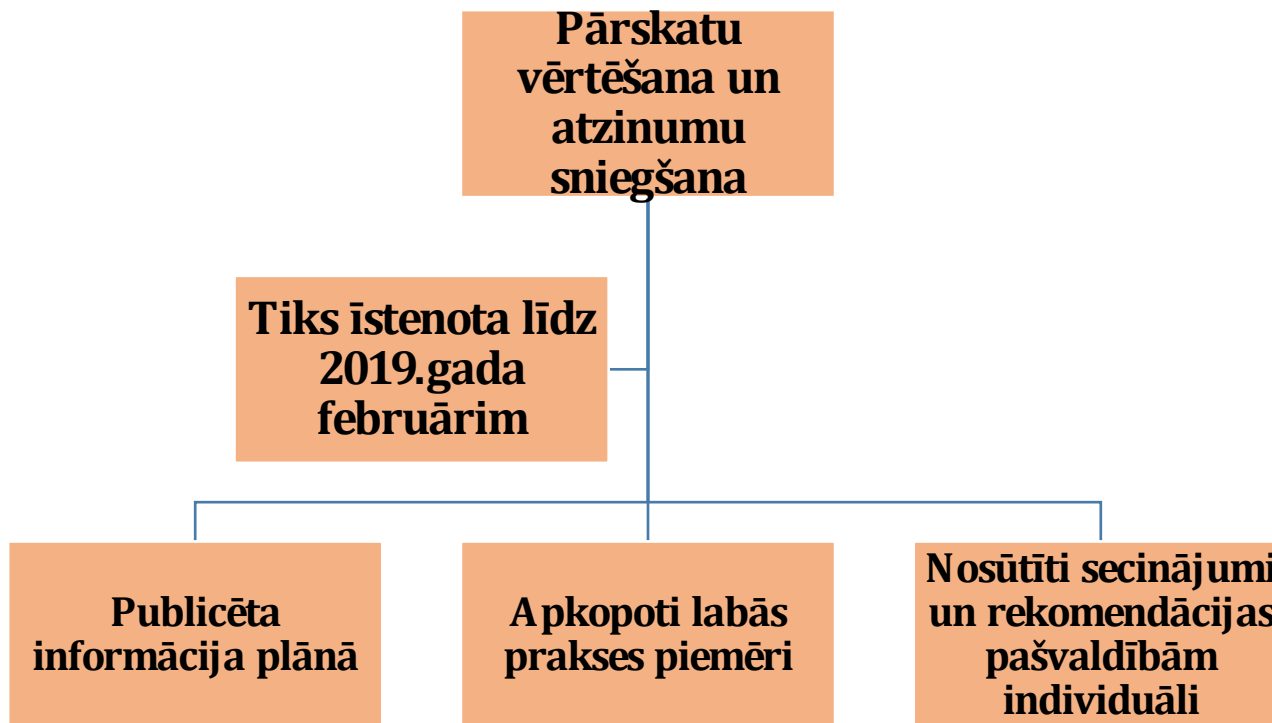
NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ







Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

**Jautājumi!**  
**Paldies par uzmanību!**



Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**

Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



#ES

**PAR VESELĪBU**

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

**Facebook #ESparveselibu**