



Slimību profilakses un  
kontroles centrs

# IZGLĪTĪBAS IESTĀŽU ATBILDĪGO SPECIĀLISTU LOMA VESELĪBAS VEICINĀŠANĀ

EVITA MEDNE

SPKC VESELĪBAS VEICINĀŠANAS KOORDINĒTĀJA

# PAMATINFORMĀCIJA

**Aptaujas mērķis bija:** noskaidrot ārstniecības personu veicamos darba pienākumus (to saturu, apjomu), ļaujot izprast veselības veicināšanas un slimību profilakses aktivitāšu īstenošanas lomu ikdienas darbā.



**Laika periods:** no 2024.gada 11.decembra līdz 27.decembrim



**Formāts:** tiešsaistes aptauja



**Respondentu skaits:** 403

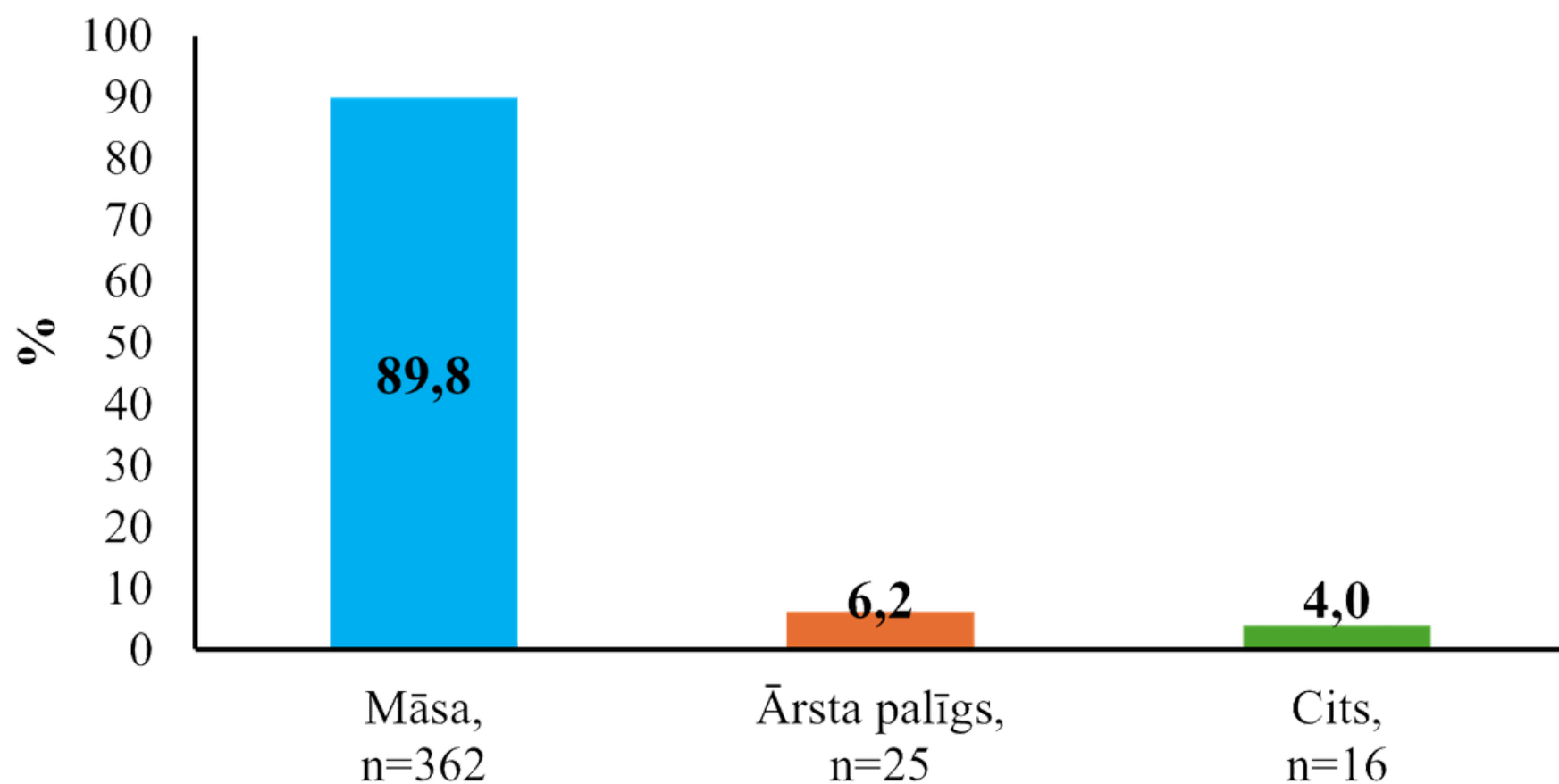


# RESPONDENTU PROFILS

## ABOUT MEDICAL

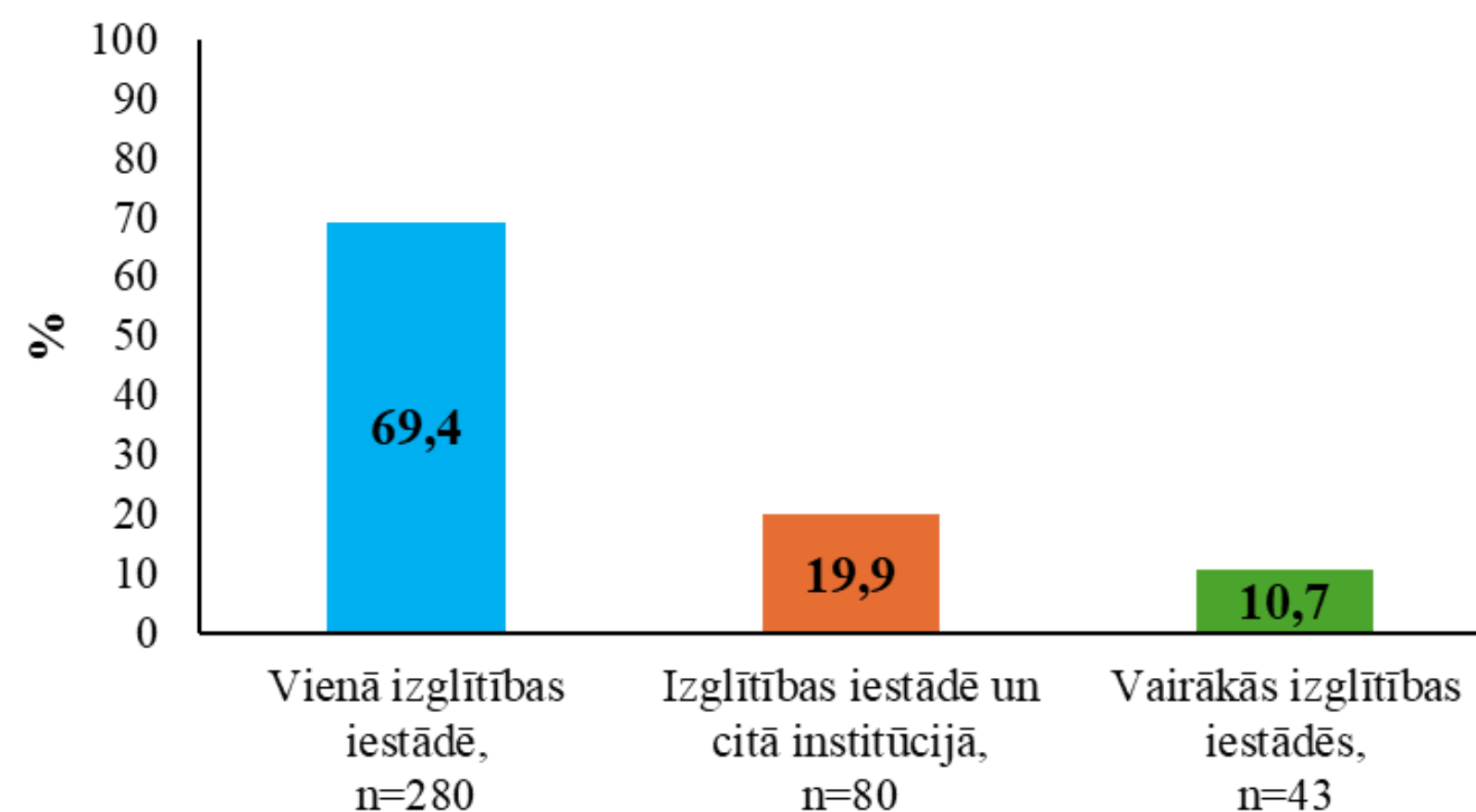


Kāds ir Jūsu ieņemamais amats izglītības iestādē?



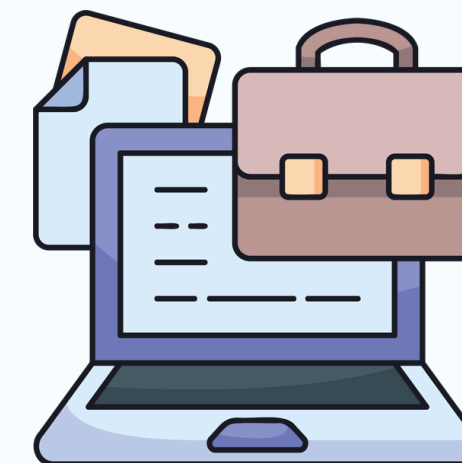
1.attēls. Respondentu ieņemamais amats

Cik darba vietās (ieskaitot darbu izglītības iestādē) Jūs veicat ārstniecības personas pienākumus?

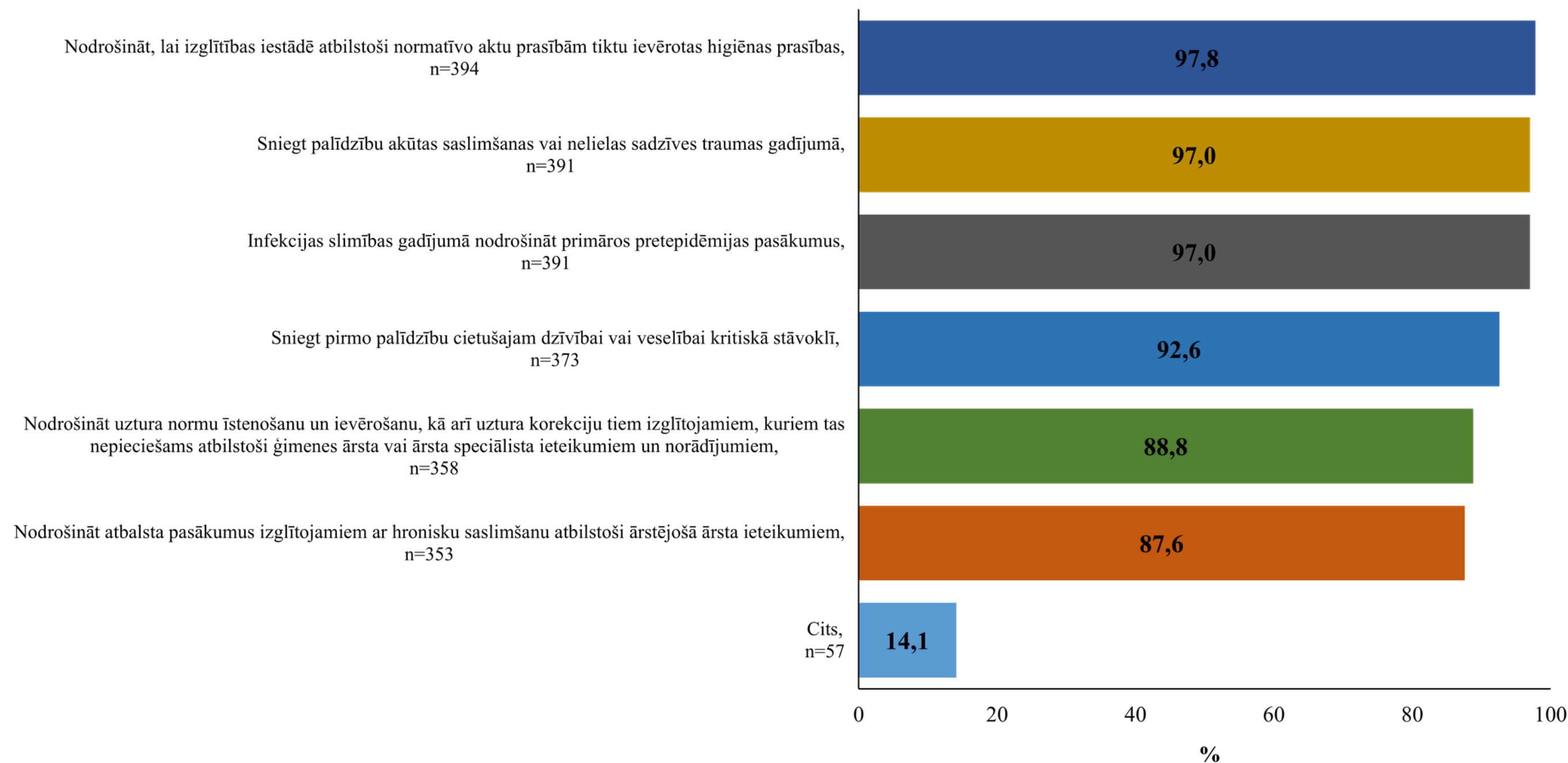


2.attēls. Respondentu darba vietu raksturojums

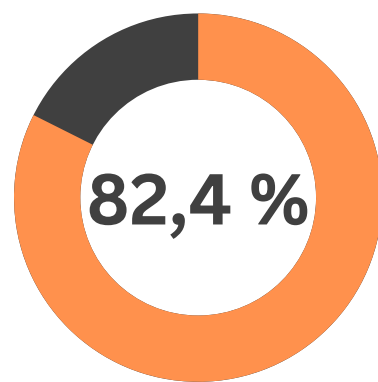
# RESPONDENTU IKDIENĀ VEICAMIE DARBA PIENĀKUMI IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒ



## Kādi ir Jūsu ikdienā veicamie pienākumi izglītības iestādē?



# VESELĪBAS VEICINĀŠANAS UN SLIMĪBU PROFILAKSES AKTIVITĀTES



veic pasākumus un aktivitātes izglītojamo, viņu vecāku un izglītības iestādes darbinieku veselības veicināšanai un slimību profilaksei



13,9% reti (~reizi pusgadā)

41,0% ik pa laikam (~reizi 3 mēnešos)

22,3% bieži (katru mēnesi)

22,9% ikdienā, regulāri

Visbiežāk organizētie/īstenotie pasākumi:



84,3 %

izglītojoši pasākumi un nodarbības izglītojamajiem



84 %

informatīvo materiālu par veselības tēmām izplatīšana izglītības iestādē



44,3 %

vecāku sapulces, ietverot veselības tēmas



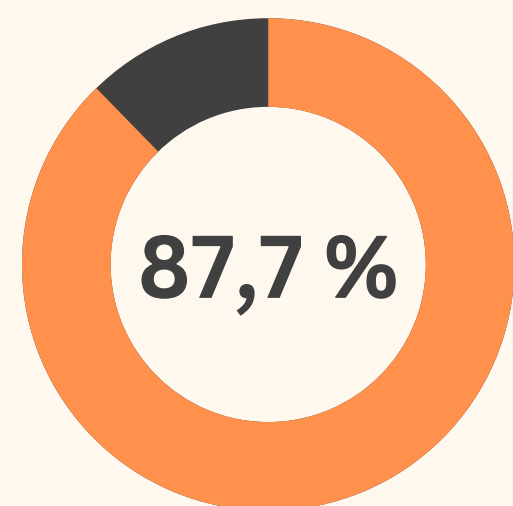
39,8 %

apmācības, semināri un/vai sapulces izglītības iestādes darbiniekiem, ietverot veselības tēmas

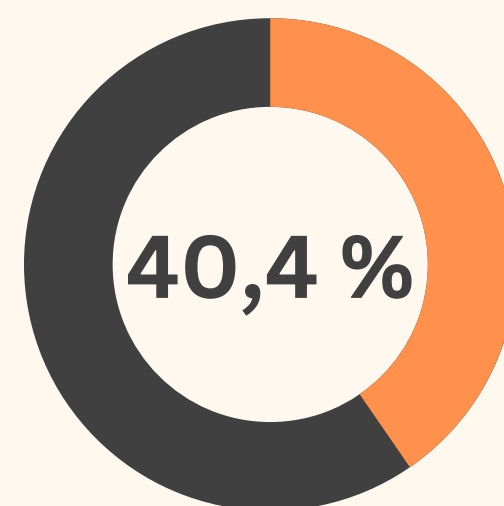


# VESELĪBAS VEICINĀŠANAS UN SLIMĪBU PROFILAKSES AKTIVITĀŠU TĒMAS

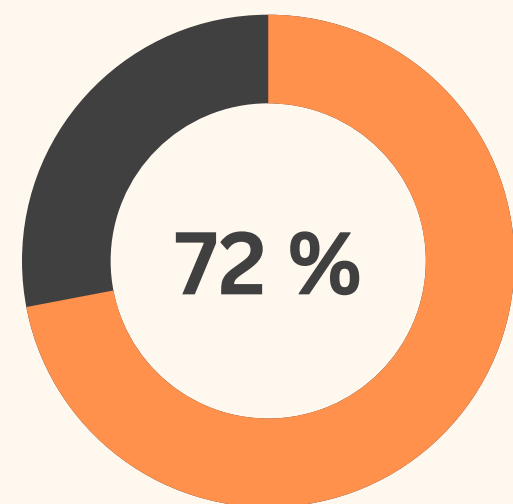
Visbiežāk aptvertās tēmas:



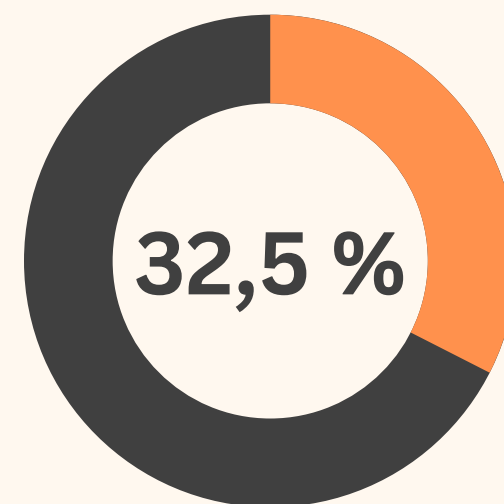
Infekcijas slimību  
profilakse un  
personīgā higiēna



Traumatisma  
profilakse



Veselīgs uzturs



Mutes dobuma un  
zobu veselības  
veicināšana



# RETĀK APTVERTĀS VESELĪBAS VEICINĀŠANAS UN SLIMĪBU PROFILAKSES TĒMAS

## Seksuālās un reproduktīvās veselības veicināšana

### Kāpēc retāk plāno/īsteno?

Pirmsskolas vecuma grupai neatbilstoša tēma; pietrūkst nepieciešamās zināšanas; neērta tēma; laika trūkums; darba specifika; grūti saorganizēt telpas

### Kas nepieciešams, lai to mainītu?

Zināšanu pilnveide (piem., kursi ārstniecības personām); atbalsta materiāli; video; speciālistu iesaiste (biedrība "Papardes zieds", NVO, ginekologi, urologi); vecāku izglītošana

## Atkarību izraisošo vielu lietošanas profilakse, procesu profilakse

### Kāpēc retāk plāno/īsteno?

Tēma šķiet pārāk plaša un neatbilstoša vecuma grupai; nepieciešamas specifiskas prasmes un zināšanas; skolēni vairāk uzticas speciālistiem, nevis pedagogiem/skolas māsai; speciālistu lekcijas un nodarbības ir dārgas; nepietiekams atalgojums

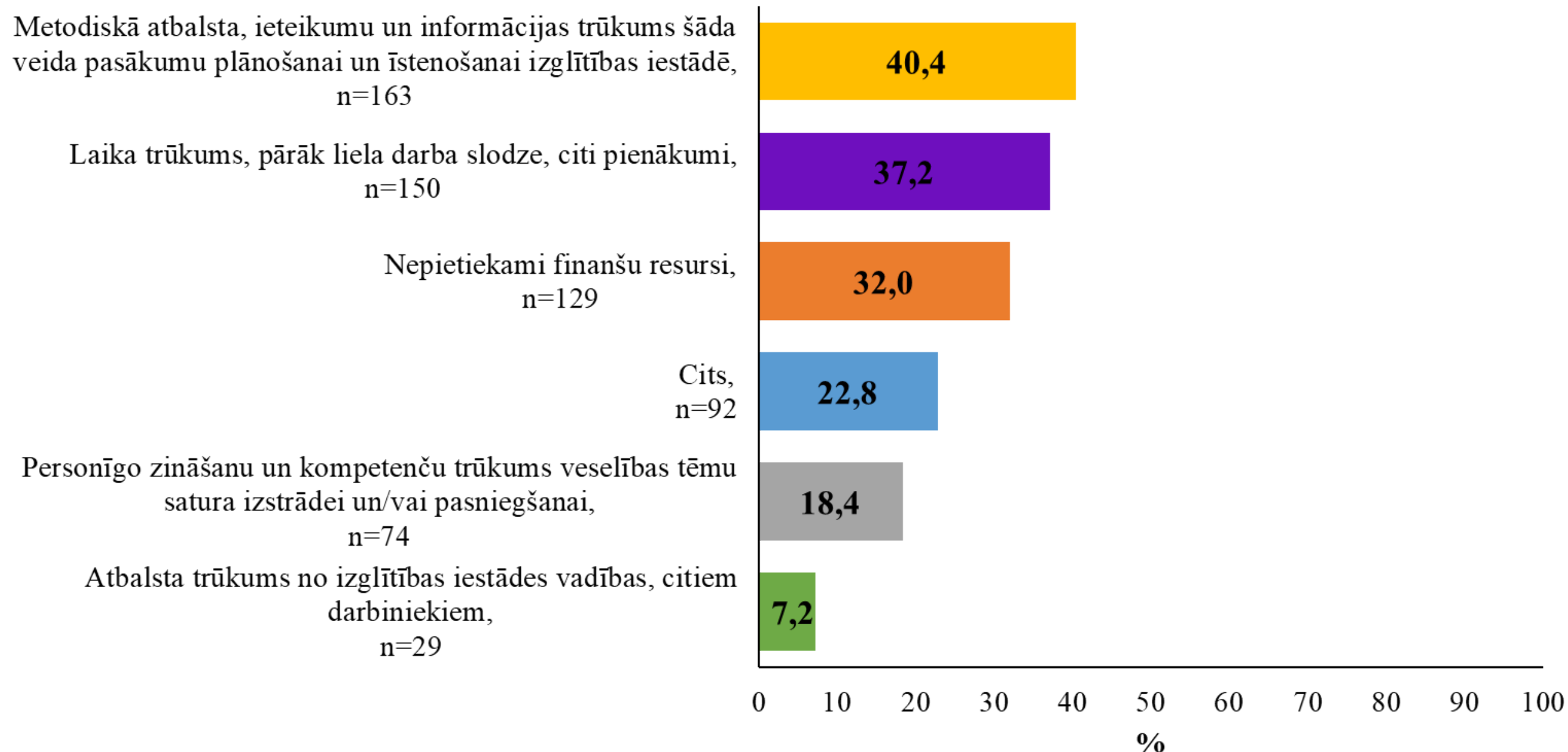
### Kas nepieciešams, lai to mainītu?

Zināšanu pilnveide; atbalsta materiāli; speciālistu iesaiste (NVO, ārsti-narkologi); bukleti par telefonu pārmērīgu lietošanu un kaitīgo ietekmi uz veselību (piem., redzi); pašvaldības līmeņa vadības atbalsts un izpratne; SPKC informatīvo materiālu piegāde ar kurjerpakalpojumu; vecākiem konference; iestādes vadības iesaiste



# KAVĒJOŠIE FAKTORI VESELĪBAS VEICINĀŠANAS AKTIVITĀŠU ĪSTENOŠANĀ IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒ

Kas, Jūsaprāt, traucē vai kavē veselības veicināšanas un slimību profilakses aktivitāšu plānošanu un/vai īstenošanu izglītības iestādē Jūsu ikdienas pienākumu izpildes ietvaros?



# VEBINĀRS PAR VESELĪGA UZTURA VEICINĀŠANU



7. aprīlī SPKC īstenoja tiešsaistes vebināru **par veselīga uztura veicināšanu dažādu vecumposmu izglītojamajiem, tostarp pirmsskolas vecuma bērniem.**



**Vebinārā piedalījās vairāk nekā 300 izglītības iestāžu pārstāvji no visiem Latvijas reģioniem:**

- Izglītības iestādēs strādājošās **ārstniecības personas**
- Pedagogi
- Citi izglītības iestāžu pārstāvji
- Nacionālā veselību veicinošā skolu tīkla koordinatori



**Vebināra mērķis bija:**

Sniegt izglītības iestāžu darbiniekiem zināšanas un **praktiskus ieteikumus par veselīga uztura veicināšanu bērniem un speciālistu lomu** tās ieviešanā ikdienas mācībās.

# MATERIĀLI PAR UZTURU IZGLĪTĪBAS IESTĀŽU PĀRSTĀVJIEM



**Veselīga uztura veicināšana  
pirmsskolas vecuma bērniem**



**Veselīga uztura veicināšana  
1.-6 klašu izglītojamajiem**

### Materiāli par uzturu izglītības iestādēm

Atskatot tekstu

Publicēts: 10.03.2026.

Šajā sadaļā izglītības iestāžu pārstāvji un citi interesenti var atrast mācību materiālus un citus resursus, kas palīdzēs īstenot izglītojošas un praktiskas aktivitātes, lai veicinātu veselīga uztura paradumus izglītojamajiem – bērniem, pusaudžiem un jauniešiem, viņu ģimenes locekļiem, kā arī iestādes darbiniekiem.

Noteiktus informatīvos materiālus iespējams pasūtīt un saņemt bez maksas drukātā formātā.

Papildu informācija par materiāliem, kas šobrīd ir pieejami drukātā formātā, to pasūtīšanu un saņemšanu: <https://www.spkc.gov.lv/lv/informativi-izdevumi>. Jautājumu gadījumā lūdzam rakstīt uz e-pastu: [informatori@spkc.gov.lv](mailto:informatori@spkc.gov.lv).

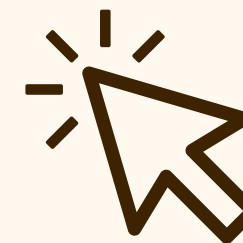
Atbalsta materiāli par uzturu izglītības iestāžu pārstāvjiem <a href="#">Skatīt vairāk →</a>	Resursi veselīgu uztura paradumu veicināšanai <a href="#">Skatīt vairāk →</a>	Kampanjas "Augļi, ūdens, dārzeņi – Tavas veselības supervaroni!" materiāli <a href="#">Skatīt vairāk →</a>
Veselīgu ēdienu receptes <a href="#">Skatīt vairāk →</a>	Resursi dārzeņu, augļu, ogu lietošanas uzturā veicināšanai <a href="#">Skatīt vairāk →</a>	Resursi ūdens dzeršanas paradumu veicināšanai <a href="#">Skatīt vairāk →</a>

### Resursi tematisko dienu aktualizēšanai

- 4. februāris – Pasaules pretvēža diena [↗](#)
- 10. februāris – Pasaules pakšaugu diena [↗](#)
- Marta otra ceturtdiena – Starptautiskā skolas pusdienu diena [↗](#)
- 14. marts – Pasaules nieru diena [↗](#)
- 20. marts – Pasaules mutes veselības diena [↗](#)
- 22. marts – Pasaules ūdens diena [↗](#)
- 7. aprīlis – Pasaules veselības diena [↗](#)
- 17. maijs – Pasaules hipertensijas diena [↗](#)
- 20. maijs – Pasaules bišu diena [↗](#)
- Maija trešā nedēļa – Sāls izpratnes veicināšanas nedēļa [↗](#)

**Jauna sadaļa SPKC mājaslapā**

**Vebināra ieraksts**



# TURPMĀKAIS PLĀNS

- Līdz š.g. augustam tiks noslēgta **7.-12. klašu veselīga uztura veicināšanas atbalsta materiāla izstrāde;**
- Š.g. oktobrī tiks organizēts **tiešsaistes vebinārs par infekciju slimību profilaksi, t.sk. vakcināciju.** Papildus tiks izstrādāts atbalsta materiāls aktivitāšu īstenošanai.





Slimību profilakses un  
kontroles centrs



# PALDIES PAR UZMANĪBU!

✉ [veseligaskola@spkc.gov.lv](mailto:veseligaskola@spkc.gov.lv)

🌐 [www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv)

📷 [cdpclatvia](https://www.instagram.com/cdpclatvia)

📘 [@SPKCentrs](https://www.facebook.com/SPKCentrs)

✂️ [@SPKCentrs](https://twitter.com/SPKCentrs)