



Informācija par Covid-19

Publicēts: 03.10.2020.

Aktualitātes

[Skatīt vairāk](#)

Biežāk uzdotie jautājumi par Covid-19



[Skatīt vairāk](#)

No 2020. gada 13. marta Latvijā tika ieviestas attālinātās mācības visos izglītības posmos un tās turpinājās līdz mācību gada beigām. Lai nodrošinātu attālinātām mācībām nepieciešamās viedierīces skolēniem, tika veikta provizoriska nepieciešamības aplēse, sagatavoti aprēķini un iegādātas ierīces. Aprīļa sākumā skolēni saņēma 5266 viedierīces – planšetes un viedtālrunus.

Veiksmīgai attālinātu mācību īstenošanai 2020. gada aprīlī un maijā tika pārraidītas mācību stundas televīzijā, veidojot izglītojošu kanālu „Tava klase”. Darba dienās kanālā “ReTV” un kanālā “Sportacentrs.com TV” tika demonstrētas mācību stundas dažāda vecuma skolēniem, un šī audiovizuālā satura sagatavošanai un pārraidei tika piešķirts valsts budžeta finansējums no līdzekļiem neparedzētiem gadījumiem.

Finansējums ir piešķirts arī valsts pētījumu programmai Covid-19 seku mazināšanas pētniecībai – pētījumiem veselības, inženiertehnisko risinājumu, sabiedrības un tautsaimniecības jomās, nodrošinot informācijas un komunikācijas tehnoloģiju horizontālu ietekmi minētajās jomās un sniedzot ieguldījumu tautsaimniecības pārstrukturizēšanā un atjaunošanā.

Covid-19 krīzes radīto negatīvo seku ietekmes mazināšanai sporta nozarē arī piešķirts valsts finansējums no līdzekļiem neparedzētiem gadījumiem. Detalizēta informācija par piešķirto finansējumu un izlietojumu ir skatāma pievienotajā datnē.

 [Piešķirto valsts budžeta līdzekļu sadalījums un izlietojums Covid-19 laikā \(.xlsx\)](#)  (13.35 KB)



VIENOTAIS BEZMAKSAS INFORMATĪVAIS DIENNAKTS TĀLRUNIS

 COVID-19



Krīzes laikā, kad izjaukts ierastais dzīves ritms un jāievēro dažādi ierobežojumi, daudzi izjūt spriedzi, trauksmi, dusmas, bēdas vai nomāktību. Šādas emocijas ir saprotamas un nav nosodāmas, taču ir ļoti svarīgi darīt visu iespējamo, lai palīdzētu sev un saviem līdzcilvēkiem. Lai izvairītos no krīzes radītām sekām, psihologa konsultācija ir viena no efektīvākajām metodēm. Šeit var atrast atbalstu un palīdzību, ja esi nokļuvis grūtībās:

[Meklē atbalstu](#)

Slimību profilakses un kontroles centra mājaslapā - [aktualitātes par Covid-19](#) atrodama informācija iedzīvotājiem, ārstiem, ceļotājiem, vecākiem, skolēniem, izglītības iestāžu darbiniekiem, pasākumu rīkotājiem, apkopoti vizuālie materiāli, mediju sižeti un ekspertu viedokļi, kā arī pieejama informācija angļu valodā.

Paliec Mājās Supervaroņi | Animācijas stāsts bērniem par Covid-19 un palikšanu mājās

Aktuālu un uzticamu informāciju var saņemt no [Veselības ministrijas](#) un [Slimību profilakses un kontroles centra](#) mājaslapā.



Veselības ministrija

Kā palīdzēt bērniem pārvarēt stresu 2019-nCoV uzliesmojuma laikā



Bērni stresa situācijās var reaģēt dažādi, piemēram, vēlas vairāk būt blakus vecākiem, kļūst nemierīgāki, atturīgāki, dusmīgi vai satraukti utt.

Atbildi uz bērna reakciju atbalstošā veidā - uzklausi viņa raizes un izrādi bērnam vairāk mīlestību un uzmanību, velti bērnam papildu laiku.

Ieklausies bērna teiktajā, runā laipni un nomierini viņu.

Ja iespējams, **nodrošini bērnam iespēju spēlēties un atpūties.**



Izvairies no bērna nošķiršanas no tuviniekiem - bērnam vajadzētu būt kopā ar saviem vecākiem un ģimeni. Ja bērnam jābūt slimnīcā, saglabā kontaktu, piemēram, regulāri sazvanoties.


Pastāsti bērnam par notikušo, izskaidro faktus un sniedz skaidru informāciju par to, kā samazināt risku saslimt. Izmanto vārdus, kurus bērns attiecīgajā vecumā saprot.



Centies ievērot ikdienas ritmu vai palīdzi izveidot jaunu, pielāgojoties situācijai, veltot laiku gan mācībām, gan drošām rotaļām un atpūtai.




**Kā man
nesaslimt?**



**Izvairies no
tuva kontakta
ar cilvēkiem,
kuri ir slimi**



Bieži mazgā rokas



**Klepo un šķaudi
saliektā elkonī vai
izmanto vienreiz
lietojamās salvetes**

Pasargā sevi un apkārtējos no saslimšanas

Mazgā rokas



- Pēc klepošanas vai šķaudīšanas
- Kad rūpējies par saslimušu cilvēku
- Pirms, gatavošanas laikā un pēc tās
- Pirms ēšanas
- Pēc tualetes apmeklējuma
- Kad rokas ir netīras
- Kad nonāc saskarsmē ar dzīvniekiem vai atkritumiem

<https://www.izm.gov.lv/lv/informacija-par-covid-19>