



RĪGAS DOMES
LABKLĀJĪBAS
DEPARTAMENTS

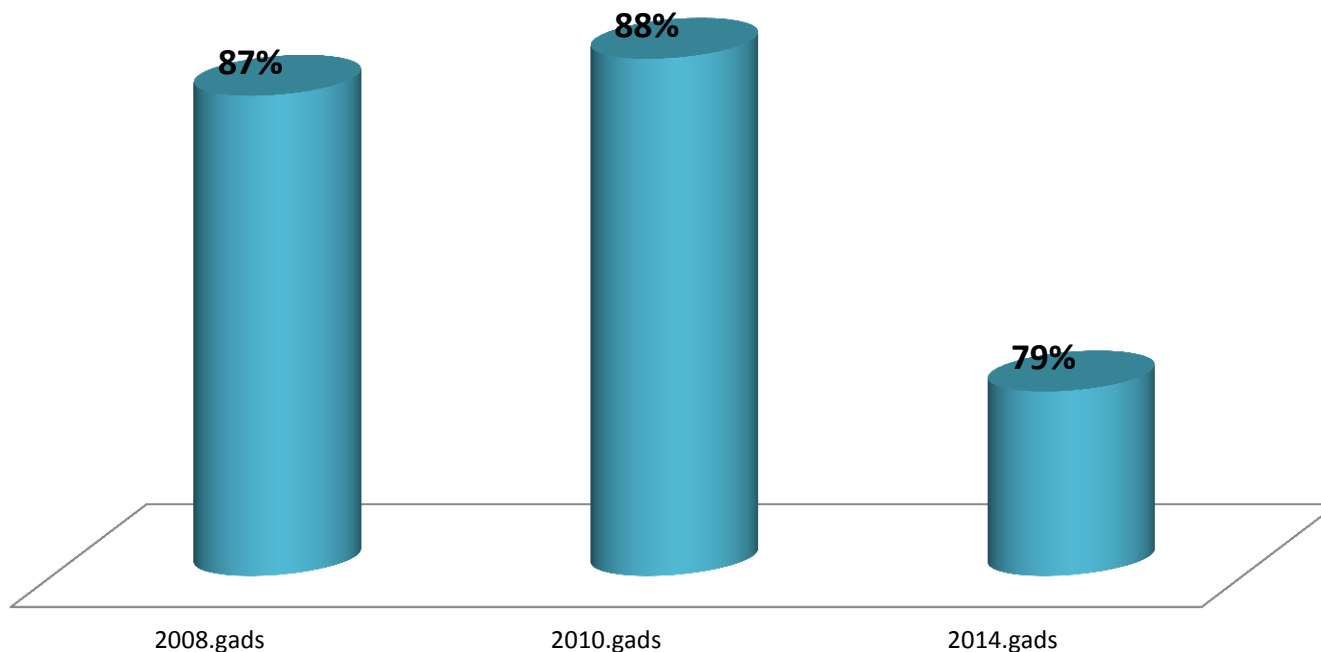
Rīgas domes Labklājības departamenta darbs atkarību profilakses jomā

Alise Dūdiņa,
Rīgas domes Labklājības departaments
Veselības pārvalde
Sabiedrības veselības veicināšanas un profilakses
nodaļa

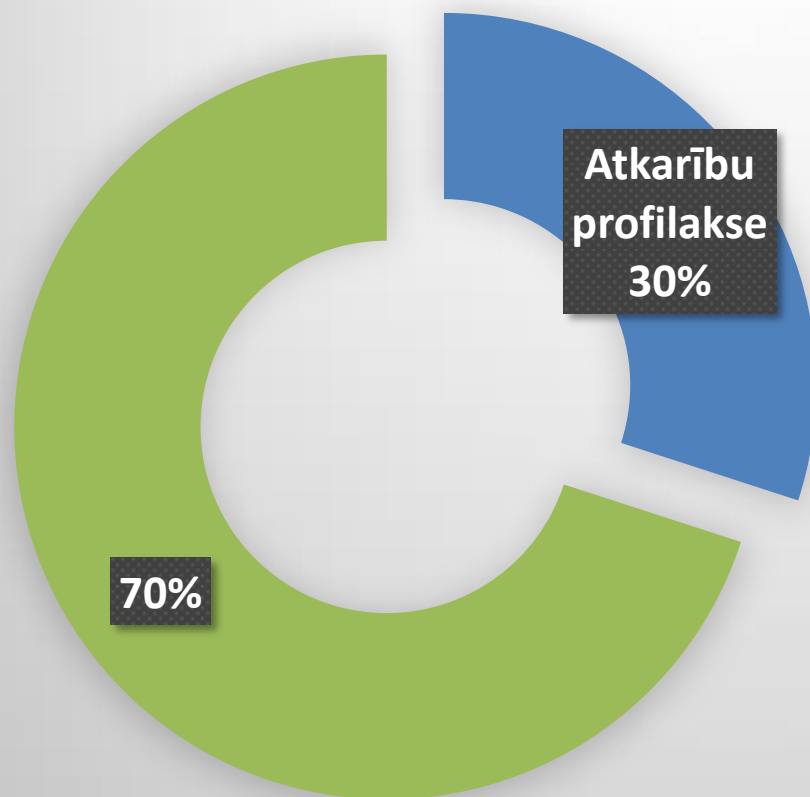


Riska un aizsargājošo faktoru ietekme uz atkarību izraisošo vielu līmeni jauniešu vidū.

Alkohola lietošana dzīves laikā 15-16 gadus vecu jauniešu vidū, Rīgā



Veselības veicināšana RDLD:



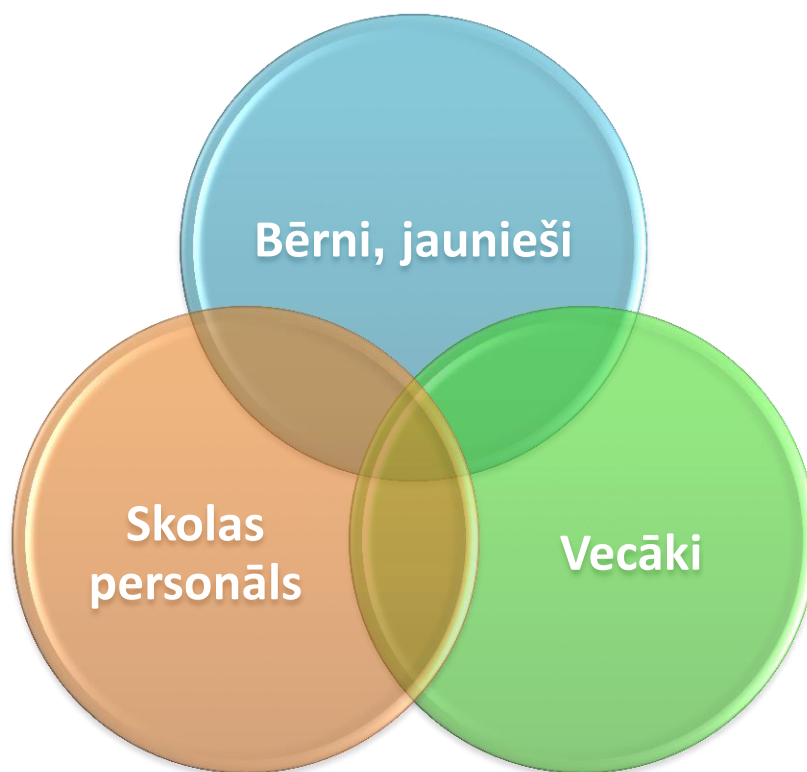
- Mutes veselība, traumatisma profilakse, veselīgs uzturs, fiziskās aktivitātes, reproduktīvā veselība, infekciju slimību profilakse, ģimenes veselība, psihiskā veselība, starptautiskā sadarbība

Atkarību profilakse

- Apmācības
 - *ik gadu ~26 apmācības
- Diskusijas/lekcijas skolās
 - *ik gadu iesaistīti ~7000 skolēnu
- Atbalsta grupas
- Publiskie pasākumi
 - *Pasaules diena bez tabakas
- Informatīvās kampaņas
 - *Radio raidījumu cikli



Atkarības profilakse izglītības iestādēs



Apmācības speciālistiem

Psihologiem

Pedagogiem

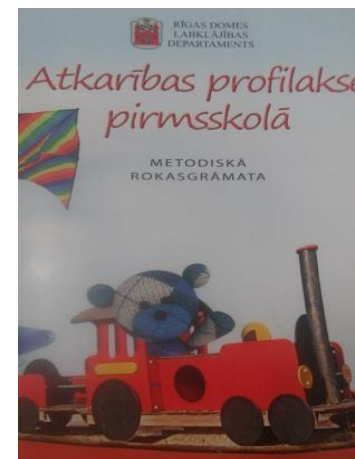
Medicīnas
darbiniekiem

Sociālajiem
darbiniekiem

Sociālajiem
pedagogiem

Apmācības speciālistiem (2)

- Atkarības profilakse
pirmskolā
- Motivācijas sarunas
jauniešiem/pieaugušajiem
- psihoaktīvo vielu lietotājiem
- Apreibinošo vielu lietošanas
diagnostika jauniešu vidū –
seminārs medicīnas darbiniekiem



Apmācības speciālistiem (3)

- Jauniešu datoratkarības
intervence
- Jauniešu smēķēšanas
intervence
- Atkarība un līdzatkarība ģimenē
- Sociāli – emocionālo dzīves
prasmju attīstīšana



Vecākiem:

- Lekcijas vecāku sapulcēs ar vecāku interaktīvu iesaisti.

Tēmas: 5.-12. klašu bērnu un jauniešu vecumposmu attīstība, attīstības krīzes, atkarību profilakse.

- Darbs ar vecākiem, kuriem ir bērni ar uzvedības grūtībām.

Uzvedības izmaiņu programmas jauniešiem:

- «Dusmu pārvaldīšanas programma»
- «Riska grupas bērniem»

Skolēnu grupai, kuri ir pakļauti riskam uzsākt apreibinošo vielu lietošanu vai uzsākuši eksperimentēšanu.

- «Pasmēķēju un pietiek!»

Jauniešiem, kuri jau ir uzsākuši smēķēšanu un vēlas to pārtraukt.

- «Paspēlēju un pietiek!»

Jauniešiem, kuriem ikdienā ir grūtības sadalīt savu laiku starp mācībām, brīvo laiku un laiku pie datora.

Diskusijas un interaktīvas nodarbības skolēniem:

- Atkarību profilakse:

- *Narkotisko vielu lietošana (īpaši aktuāls jautājums par marihuānas lietošanu);

- *Smēķēšana (riski un sekas, elektroniskās cigaretes);

- *Alkohols (tā lietošana daudzkārt saistās ar vēlmi eksperimentēt).

- Dzīves prasmes: Kā teikt, Nē!

Mācību filma “Izvēlies, ko izvēlies!”



www.veseligsridzinieks.lv



Aktualitātes

Psihiskā veselība

Atkarības profilakse un palīdzība

Palīdzība

Speciālisti atkarību profilakses jomā

Kontakti

Jautājumi un atbildes

Pētījumi

Profilakse. Atkarība

Kas ir atkarību profilakse?

Kas ir atkarība?

Uzdod savu jautājumu šeit!



Šajā sadaļā Jums ir iespēja anonīmi uzdot savus jautājumus par atkarības un veselības veicināšanas tēmām. Uz jautājumiem atbildes sniegs atkarību profilakses un sabiedrības veselības speciālisti.

KĀ UZDOT SAVU JAUTĀJUMU?

1. Sūtiet jautājumu uz e-pasta adresi veseligsridzinieks@riga.lv.
2. Visi jautājumi un atbildes tiks publicēti zemāk. Ja nevēlaties, lai Jūsu jautājums tiek publicēts, lūdzu norādiet to e-pastā.
3. Atbildes tiek sniegtas 5 darba dienu laikā no to iesūtīšanas brīža.

!!! Ja vēlies saņemt tūlītēju speciālista konsultāciju par atkarības profilaksi, apmeklē sadaļu Palīdzība.



Paldies!

alise.dudina@riga.lv