



Slimību profilakses un
kontroles centrs

SPKC un pašvaldību iniciatīvas alkohola lietošanas ierobežošanā

Solvita Kļaviņa-Makrecka
Mg.Sc.Sal.

Slimību profilakses un kontroles centra
Veselības veicināšanas departaments
Nodaļas vadītāja
Solvita.klavina@spkc.gov.lv



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Valsts veselības veicināšanas darba organizācijas modelis

Veselības ministrija



**Slimību profilakses un kontroles centrs
(SPKC)**

koordinācija, vadlīniju izstrāde, metodiskais
atbalsts pašvaldībām, aktivitāšu veikšana

Valsts veselības veicināšanas
politikas ieviešana caur pašvaldībām

**Pašvaldību
kontaktpersonas
veselības
veicināšanā (91)**

**Nacionālais veselību
veicinošo pašvaldību
tīkls (40)**

**Pašvaldības, NVO: pasākumu
un aktivitāšu īstenošana**

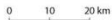
SPKC
organizētas
veselības
veicināšanas
aktivitātes

Veselību
veicinošo
skolu tīkla
darbība

Aktivitātes iedzīvotāju veselības
veicināšanai



-





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Aktivitāšu piemēri no pašvaldībām

Dati apkopoti no NVPT 2014.gada monitoringa veidlapām



NACIONĀLAIS
VESELĪGO
PAŠVALDĪBU
TĪKLS



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Aktivitātes pašvaldībās

- Pašvaldības **policijas reidi** pa novada tirdzniecības vietām un publisko pasākumu, teritoriju kontrole, videokameru izvietošana, lai kontrolētu alkohola tirdzniecības aizliegumu un lietošanu nepilngadīgām personām
- Sociālie dienesti, jauniešu centri piedāvā **informatīvas, izglītojošas nodarbības** par veselīgu dzīvesveidu, organizē profilakses pasākumus skolēniem, vecākiem, atbalsta grupas, riska grupas jauniešiem, atkarīgajiem ģimenes locekļiem, veic izbraukuma lekcijas, grupu nodarbības un individuālās konsultācijas
- Apmācības atkarības vielu profilaksē dažādām iedzīvotāju grupām un speciālistiem, sociālajiem darbiniekiem, pedagogiem, vecākiem - **demonstrētas filmas, videomateriāli, organizēti semināri, organizētas pārrunas**



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Izdotas publikācijas, izplatīti informatīvie materiāli

- Pašvaldībās tiek izplatīti veselības veicināšanas uzskates un **informatīvie materiāli** – plakāti, bukleti, flajeri, filmas – par alkohola kaitīgo ietekmi, profilaksi
- Pašvaldības vietējos laikrakstos, novadu mājaslapās regulāri tiek **publicēta informācija**, kas aicina rūpēties par savu veselību un ievērot veselīgu dzīvesveidu, publicēta pamācoša un praktiska informācija
- Sociālā dienesta uzgaidāmajās telpās ir pieejama informācija par atkarībām, un ārstniecības iespējām, kur saņemt palīdzību, speciāli informatīvi materiāli līdzņemšanai



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Alkohola lietošanas profilakse izglītības iestādēs

- Organizēti **tematiski pasākumi** alkoholisma profilaksei - plakātu konkursi, lomu spēles, viktorīnas, projektu nedēļas, fotokonkursi, izstādes;
- Reģionālās pašvaldības policijas darbinieki, ārstniecības personas regulāri organizē iestādēs (skolas, bērnudārzi utt.) **lekcijas, konferences, radošas nodarbības** par dažāda veida atkarībām un to profilaksi;
- Tiek organizētas **vecāku sapulces** (klašu, skolas, bērnudārza, individuālas sarunas) par alkohola lietošanas ietekmi ar speciālistu piedalīšanos;
Piesaistītie speciālisti: policijas darbinieki, nepilngadīgo lietu inspektori, skolas psihologs, skolas medmāsa, ārsti u.c
- Veselības veicināšanas jautājumi tiek **integrēti mācību stundās** (sociālās zinībās, bioloģijā, veselības mācībā, ķīmijā, sportā, klašu audzināšanas stundās, literatūras u.c.)



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Alternatīvas aktivitātes atkarību veicinošo vielu (t.sk., alkohola) lietošanai

1. Bērniem un jauniešiem

Pašvaldībās pieejams plašs piedāvājums alternatīvām aktivitātēm ārpus skolas: mūzikas un mākslas skola; sporta skola; bērnu un jauniešu centrs; dažādi interešu pulciņi – kori, ansambļi, mākslinieciskie kolektīvi, bērnu un jauniešu nometnes, jaunsardze, fotografēšana, velosports

2. Pašvaldības iedzīvotājiem (pieaugušajiem, ģimenēm ar bērniem, senioriem)

- Pieaugušo centros regulāri notiek dažāda veida kursi – kulinārija, šoferu, valodas, gleznošanas, šūšanas, adīšanas, skaistumkopšanas
- Sporta zālēs un fitnesa zālēs, stadionos ir iespēja nodarboties ar fiziskām aktivitātēm
- Kultūras namos – notiek vingrošanas nodarbības, darbojas amatierteātris, deju kolektīvi, sieviešu, vīriešu koris
- Regulāri tiek organizēti braucieni uz teātra izrādēm un koncertiem



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Alkohola lietošanas profilakse riskā grupām

- Sociālais dienests un sociālo pakalpojumu centri organizē **atbalsta grupas** – psihosociālā atbalsta grupa, vecāku prasmju apmācības grupa, individuālās konsultācijas, radošās darbnīcas, atkarību profilakses speciālistu konsultācijas atkarību un līdzatkarību jautājumos
- NVO piedāvā **Minesotas programmu** ilgstošajiem bezdarbniekiem
- Tiek izmantots Strenču PNS medicīniskās rehabilitācijas pakalpojums personām ar garīga rakstura traucējumiem, kuras lieto alkoholu
- Tiek veikts **individuālais izglītojošais darbs ar likumpārkāpējiem**
- **uzvedības sociālās korekcijas un sociālās palīdzības programmas** izveide katram bērnam



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Pašvaldību pārstāvju minētie priekšlikumi, lai uzlabotu veselības veicināšanas darba organizēšanu pašvaldībā



NACIONĀLAIS
VESELĪGO
PAŠVALDĪBU
TĪKLS



RESURSI

- nodrošināt ar atsevišķu cilvēku pienākumu veikšanai
- palielināt finansējumu
- projektu rakstīšana un to realizēšana



SADARBĪBA

- vairāk izmantot savstarpējo saziņu; Sadarbības veicināšana, partneru apzināšana
- veicināt sadarbību, organizējot kopīgus informatīvos un izglītojošos seminārus



PROCESU ORGANIZĀCIJA

- izveidot konstruktīvu plānu/ stratēģijas veselības veicināšanas jomā;
- vairāk iesaistīt pašvaldības pārstāvjus, pārliecināt par dalības nepieciešamību NVPT tīklā



SABIEDRĪBAS IZGLĪTOŠANA

- vairāk izglītēt iedzīvotājus par veselīgu dzīvesveidu un paradumu maiņu
- veidot radošākas aktivitātes un iesaistīt lielāku sabiedrības daļu, lai mazinātu sabiedrības kūtumu

Dati par 2014.gadu, no NVPT monitoringa veidlapām,
aptaujātas 33 pašvaldības



Slimību profilakses un
kontroles centrs

**Sabiedrības veselības pamatnostādnēs
2014. – 2020.gadam
paredzētās aktivitātes
atkarību izraisošo vielu lietošanas mazināšanai**



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Mērķa grupas

Latvijas iedzīvotāji, jo īpaši teritoriālās sociālās atstumtības un nabadzības riskam pakļautās iedzīvotāju grupas:

- iedzīvotāji, kuri dzīvo apdzīvotās vietās ar zemu iedzīvotāju blīvumu;
- trūcīgie un maznodrošinātie iedzīvotāji;
- bezdarbnieki;
- personas ar invaliditāti;
- iedzīvotāji, kas vecāki par 54 gadiem;
- bērni





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Atkarības – atkarību izraisošo vielu un procesu izplatības samazināšana sabiedrībā



- interaktīvas informatīvi **izglītojošas nodarbības** par vielu un procesu atkarībām;
- līdzaudžu **izglītošanas programmas**, apmācot vienaudžu izglītotājus;
- interesešu grupas iedzīvotājiem**;
- izglītojošas **īsfilmas** par atkarību izraisošo vielu un procesu kaitīgumu izglītības iestādēs u.c;
- tematiskās lekcijas, semināri speciālistiem** (pašvaldību un izglītības iestāžu pārstāvjiem, veselības aprūpes speciālistiem, policistiem u.c.);
- konkrētu rīcību vai iespējas popularizējoši **pasākumi pašvaldībās** (veselības dienu organizēšana u.c.);
- atkarību profilakses programma** izglītības iestādēs, tai skaitā darbs ar izglītojamo vecākiem;
- psihologa konsultācijas** bērniem, vecākiem un riska grupām, lai mazinātu atkarību riska veidošanos un risinātu problēmas, saistītas ar vielu lietošanas cēloņiem;
- vasaras nometnes** pusaudžiem un jauniešiem.

**Veselības ministrijas un Slimību profilakses un
kontroles centra organizētā
sabiedrības informēšanas kampaņa par alkohola
lietošanas problēmām bērnu un pusaudžu vidū
„LAI BŪTU SKAIDRS”**



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV



Kāpēc aktuāli?

Galvenie fakti par alkohola lietošanu bērnu vidū

LAI BŪTU SKAIDRS

WWW.SKAIDRS.LV

- ❑ **Dzīves laikā vismaz vienu reizi alkoholu lietojuši 92%** (ESPAD* 2011.gada pētījuma dati) 14–16 gadus vecie jaunieši, pēdējā gada laikā – 78%, **bet 50% – pēdējā mēneša laikā**
- ❑ Pārmērīgi jeb **60 un vairāk g absolūtā alkohola vienā iedzeršanas reizē pēdējā mēneša laikā** lietojuši **36%** jauniešu 2013.gadā (14-16 gadi) (ESPAD** 2013.gada pētījuma dati), bet 2011.g.-**49%**, bet 2007.g.-**54%**
- ❑ Alkoholu **veikalos iegādājušies** (ESPAD 2011.gada pētījuma dati) **pēdējo 30 dienu laikā - 44%** (2007.g.-**51%**) jaunieši
- ❑ 2011. gadā Starptautiskā ESPAD** pētījumā dalību ņēmušo valstu vidū (36 valstis) Latvijā **bija augstākais aptaujāto jauniešu īpatsvars (79%), kuriem pirmā alkohola lietošanas pieredze bijusi 13 gadu vecumā vai agrāk**
- ❑ Pēc ESPAD 2011.gada pētījuma datiem 93% mātes un 90% tēvu neatļautu vai atrunātu no piedzeršanās, bet **neiebilstu vai atbalstītu** to **7%** mātes un **10 %** tēvu.

*Trapencieris M. u.c. „Atkarību izraisīto vielu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū, ESPAD 2011”. SPKC, 2012

** Metodoloģiskā pētījuma rezultāti. Alkohola, tabakas un narkotiku lietošanas izplatība skolēnu vidū

***Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A., Kraus, L. (2012) *The 2011 ESPAD Report. Substance Use Among Students in 36 European Countries*. Stockholm: The Swedish 104 Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN)



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

Kampaņas mērķi

- ❑ **pakāpeniski mainīt sabiedrības attieksmi par alkohola lietošanu nepilngadīgo vidū** un bērnu/pusaudžu alkohola lietošanu padarīt par sabiedrībā **nepieņemamu/neakceptējamu uzvedību**
- ❑ **partnerības stiprināšana** starp vecākiem, tirgotājiem, tiesību aizsardzības iestādēm un visiem pieaugušajiem iedzīvotājiem ar mērķi – veidot sabiedrībā noliedzošu attieksmi pret alkohola lietošanu nepilngadīgo vidū, palielinot sabiedrības lomu alkohola lietošanas ierobežošanā nepilngadīgo vidū



Kampaņas mērķauditorijas



Vecāki un pieaugušie iedzīvotāji:

Mēs runāsim, LAI BŪTU SKAIDRS Rīkojies tā, LAI BŪTU SKAIDRS

LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

•Sniegt zināšanas, prasmes un veicināt izpratni par alkohola lietošanas izplatību un riskiem jauniešu vidū ar mērķi – stiprināt iedzīvotāju, bet jo īpaši vecāku, pašpārliecinātību, runājot par alkohola lietošanu ar pusaudžiem, mudinot pieaugušos rīkoties, lai novērstu alkohola lietošanu un lietošanas uzsākšanu bērnu un pusaudžu vidū

Tirgotāji:

LAI BŪTU SKAIDRS. Mēs nepārdosim alkoholu, ja Tev nav 18!

•Iesaistīt alkoholisko dzērienu tirgotājus vienotā **sociālās atbildības** stiprinošā kustībā ar mērķi palielināt likumdošanas ievērošanu, kas aizliedz tirgot alkoholiskos dzērienus nepilngadīgām personām, mazinot alkoholisko dzērienu pieejamību bērniem un pusaudžiem



Galvenās kampaņas aktivitātes



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

**100
KONTROLPIRKUMI**

**INFORMATĪVĀ
VIETNE
WWW.SKAIDRS.LV**

**DISKUSIJU VAKARI
VECĀKIEM**

**TIRGOTĀJU SOCIĀLĀS
ATBILDĪBAS KUSTĪBA**

**INFORMATĪVO
MATERIĀLU SĒRIJA**

**MEDIJU
PUBLICITĀTE**

**ANIMĀCIJAS
FILMIŅA**

Galvenās kamapņas aktivitātes

- ❑ Mājas lapa: www.skaidrs.lv vecākiem, tirgotājiem, pedagogiem, pieaugušajiem
- ❑ 100 kontrolpirkumu realizācija no 25.08-22.09 (*kurus veic nepilngadīgie*) sadarbībā ar Rīgas Pašvaldības policiju, no tiem atklāti 6 pārkāpumi, kuros tirgotāji pārdeva alkoholiskos dzērienus, kā arī 5 gadījumos pieaugušie iegādājās alkoholiskos dzērienus nodošanai pusaudzīm
- ❑ Sociālās atbildības kustība tirgotājiem, iesaistoties **774** tirdzniecības vietām (Narvesen, Aibe, Latvijas balzāms)
- ❑ Informatīvo materiālu sērija vecākiem (3), informatīvs materiāls un uzlīme – tirgotājiem (1), informatīvs materiāls pieaugušajiem (1), infogrammas (4)
- ❑ Animācijas/ infografikas tehnikā izveidota filmiņa (3.5 minūtes) vecākiem „Saruna ar pusaudzi par alkohola lietošanas jautājumiem- kā runāt, rīkoties, palīdzēt”
- ❑ Diskusiju cikls vecākiem ar speciālistiem (*saruna ar pusaudzi, kādi riski, par mājas ballītēm*)- Kuldīgā, Valkā, Aizkrauklē, Rīgā, Balvos, Bulduros (piedalījušies 87 vecāki)





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Lapas → Sveiks un vesels

Meklēt lapas...

Sveiks un vesels



✓ Oficiālā lapa

Pārtraukt sekošanu

Nosūtīt vēstuli

Sākumlapa

LAI BŪTU SKAIDRS!

LAI BŪTU SKAIDRS

Kā kļūt par labāko sirds draugu?

Ko vēlas Tava sirds?

Mīli savu sirdi!

BRĪVS

NOTEIKUMI

LAI BŪTU SKAIDRS -
CIK DAUDZ TU PATIESĪBĀ
ZINI PAR ALKOHOLU?

Izpildi testu un noskaidro!

SĀKT TESTU

Pievienojies lapai "Sveiks un vesels" un, iespējams,
tieši Tu kļūsi par īpašnieku kādai no mūsu sagādātajām balvām!

Aptaujas „Cik daudz Tu patiesībā zini par alkoh lietošanu??”

sociālā tīkla *Draugiem.lv* lietotājiem rezultāti



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

Atsaucība (aizpildījuši vairāk kā 17 500 Draugiem.lv lietotāji) **liecina, ka alkohola lietošanas jautājumi ir ļoti nozīmīgi, bet sniegtās atbildes – ka zināšanas par alkoholu vērtējamās kā nepietiekamas**

❑ Tests (aptauja) pieejams SPKC oficiālajā lapā www.draugiem.lv/sveiksunvesels

❑ Vairāk kā puse aptaujāto – 59% - uzskata, ka brīvā laika pavadīšana kopā ar vecākiem nekādā veidā neietekmē nepilngadīgo jauniešu alkohola lietošanas paradumus. ***Vienlaikus pētījumos pierādīts, ka tieši vecākiem ir būtiska loma, kā jauniešiem attieksies pret alkohola lietošanu***

❑ 61% piekrīt apgalvojumam, ka alkoholisko dzērienu lietošana nelielā daudzumā, piemēram, viena alus pudele, nevar radīt nopietnas sekas. ***Patiesībā jebkurš alkohols izraisa vienādas sekas***

❑ Latvijas iedzīvotājiem trūkst informācijas arī par likumā noteiktajām prasībām – vairāk kā 50% norāda, ka personu apliecinošs dokuments, iegādājoties alkoholu, jāuzrāda tikai pēc pārdevēja pieprasījuma.

SKAIDRS.LV



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

LAI BŪTU SKAIDRS



Informatīvie materiāli (1)



LAI BŪTU SKAIDRS

WWW.SKAIDRS.LV



Informatīvie materiāli (2)



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

SAINDĒŠANĀS AR ALKOHOLU – KĀ ATPAZĪT UN RĪKOTIES?

Alkohols ir depresants – tas nomācoši ietekmē centrālo nervu sistēmu, izmaina elpošanas biežumu un sirdsdarbību, maina domāšanu, emocijas, uzvedību un atvedību.

Pārmērīga alkohola lietošana ir ne tikai kaitīga veselībai, bet arī dāzībai – īpaši jauna cilvēka organismam ir jūtīga pret lielām alkohola devām.

ALKOHOLA PROFILAKSE – IETEIKUMI JAUNIEŠIEM

Esi pārbaudītais!
Tev nav nepieciešams alkohols, lai sasniegtu savus mērķus un piepildītu sapņus. Saki „Nē” visiem piedāvājumiem, kuri vēlas tev pārbaudīt par patēriņu!

Veic izpēti!
Savietā ar alkohola lietošanu pastāv daudz mītu un nepareizi priekšnosauki – veici izpēti un iepazīties ar informāciju par alkohola pabeigšanu un tādas veselības un psiholoģiskās sekas.

Plāno savu brīvo laiku!
Aktīvā dzīve ir brīvais laiks ir dzīve ar veselību, kuras pamatā ir veselīga uzturēšanās, sporta, pozitīvas attiecības, veselīga brīvdarība, priekšmats, dzīvesprieks – ir tāds brīvais laiks interesantu aktivitātēs, atbilstošā izvēlē un plānotā dzīvē!

ATBILDĪGS TIRGOTĀJS NEPĀRDOŠ ALKOHOLU BĒRNIEM!

PUSAUDŽI UN ALKOHOLS: TICI FAKTIEM, NEVIS MĪTIEM

MĪTS
Alkohols lietotājam pasargā no slimībām.

FAKTS
Alkohols ir viens no galvenajiem riska faktoriem, kas ietekmē ar nopietnām traumām, pārkāpumiem, vardarbību un citām problēmām.

MĪTS
Pasaulē alkohols ir labākais līdzeklis, lai izvairītos no slimībām.

FAKTS
Pasaulē alkohols ir viens no galvenajiem riska faktoriem, kas ietekmē ar nopietnām traumām, pārkāpumiem, vardarbību un citām problēmām.

84,2%
jaunieši atzīst - alkohols ir viens no galvenajiem riska faktoriem, kas ietekmē ar nopietnām traumām, pārkāpumiem, vardarbību un citām problēmām.

44%
jauniešu vidū ir pētījums 18 dienu laikā, kad alkohols ir viens no galvenajiem riska faktoriem, kas ietekmē ar nopietnām traumām, pārkāpumiem, vardarbību un citām problēmām.

Kampaņas ilgtspējas piemērs- **tirdzniecības tīkls Narvesen**



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV



Atziņas pēc kampaņas noslēguma



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

- ❑ Sabiedrības informēšanas kampaņa kā viens no svarīgiem **ikgadēji veicamiem profilakses pasākumiem** alkohola politikas jomā
 - ❑ **Vecāku iesaistes palielināšana** atkarības profilaksē, paredzot izglītības procesā informatīvos pasākumus atbilstoši bērna attīstības posmam arī vecākiem
 - ❑ **Kontrolpirkumi** - efektīva metode alkohola pieejamības ierobežošanai nepilngadīgo vidū.
- Nepieciešama atgriezeniskā saite – pādevēja informēšana arī pareizas rīcības gadījumā!

SKAIDRS.LV



LAI BŪTU SKAIDRS
WWW.SKAIDRS.LV

LAI BŪTU SKAIDRS





Slimību profilakses un
kontroles centrs

Paldies!

Solvita.Klavina@spkc.gov.lv

Tālrunis: 67387611