

Projekta darba plāns 2017. gadam

Finansējuma saņēmējs Kocēnu novada dome
Projekta nosaukums Veselības veicināšanas pakalpojumu pieejamība Kocēnu novada iedzīvotājiem
Projekta numurs 9.2.4.2./16/I/090

Nr.	Tēmas nosaukums ¹	Pasākuma nosaukums ²	Pasākuma īss apraksts ³	Pasākuma īstenošanas ilgums un biežums ⁴	Pasākuma atbilstība teritorijas veselības profilam ⁵	Mērķa grupa ⁶
1.	Fiziskā aktivitāte, veselīgs uzturs	Veselīgā dzīves veida skola	1) Fizioterapeita nodarbības; 2) Uztura speciālista nodarbības ar radošām darbnīcām un meistarklasi;	1) Fizioterapeits pa 3 nodarbībām Kocēnu novadā Dikļu pagastā, Bērzaines pagastā, Kocēnu pagastā, Vaidavas pagastā, Zilākalna pagastā, Ziemeļvidzemes internāt pamatskola (Dauguļu un Vaidavas filiālēs) Kopā = 21 nodarbība (plānotais nodarbību ilgums 2 stundas) 2) Uztura speciālists pa 3 nodarbībām Kocēnu novadā Dikļu pagastā, Bērzaines pagastā, Kocēnu pagastā, Vaidavas pagastā, Zilākalna pagastā, Ziemeļvidzemes internāt pamatskola (Dauguļu un Vaidavas filiālēs) (plānotais nodarbību ilgums 3,5 stundas)	Zems veselības pašvērtējums, Augstāka mirstība no SAS, Augstāka mirstība no ļaundabīgiem audzējiem	Seniori - 50 + - 25%; Bezdarbnieki – 20%; Trūcīgās personas – 25%; Personas ar invaliditāti – 10% Ziemeļvidzemes internātpamatskolas audzēkņi – 20% Dzimuma sadalījums: Sievietes 70%, vīrieši 30%

Nr.	Tēmas nosaukums ¹	Pasākuma nosaukums ²	Pasākuma īss apraksts ³	Pasākuma īstenošanas ilgums un biežums ⁴	Pasākuma atbilstība teritorijas veselības profilam ⁵	Mērķa grupa ⁶
				Plānotās aktivitātes 09.2017. – 12.2017.		
2.	Fiziskā aktivitāte,	Vingrošanas nodarbības veselības veicināšanai	Vingrošanas nodarbības	<p>Katrā pagasta ciematu centrā pa 10 nodarbībām: 1)Dikļu pagasta Dikļu ciemā, 2)Dikļu pagasta, Dauguļu ciemā; 3)Bērzaines pagastā; 4)Kocēnu pagasta Kocēnu ciemā, 5)Kocēnu pagasta, Rubenes ciemā; 6)Vaidavas pagastā; 7)Zilākalna pagastā 8)Dauguļu internātpamatskolā 9)Vaidavas internātpamatskolā</p> <p>Vienas nodarbības ilgums 60 minūtes</p> <p>Aktivitāšu īstenošanas laiks: 09.2017.-12.2017. 2017.gadā 74 nodarbības Plānotā inventāra iegāde 07.2017.-09.2017.</p>	Zems veselības pašvērtējums, Augstāka mirstība no SAS, Augstāka mirstība no ļaundabīgiem audzējiem	<p>Personas – 54+ - 25%; Bezdarbnieki – 20%; Trūcīgās personas – 20%; pārējie soc. atst. Risks – 25% Ziemeļvidzemes internātpamatskolas audzēkņi – 10%</p> <p>Dzimuma sadalījums: Sievietes 85%, vīrieši 15%</p>
3.	Atkarību mazināšana	Atkarību izraisošo vielu un procesu izplatības samazināšana	<p>1) Narkologa grupu lekcijas; 2) Atkarību psihologa grupu lekcijas</p> <p>Vienas lekcijas ilgums 5 stundas (2,5 stundas narkologs, 2,5</p>	<p>Lekcijas Kocēnos par dažādām tēmām saistībām par atkarību izraisošo vielu, Kopā 3 nodarbības par lietošanu, ietekmi un sekām. Nodarbības plānots:</p> <p>Narkologs un atkarību psihologs:</p>	Augstāka mirstība no SAS, Augstāka mirstība no ļaundabīgiem audzējiem	Trūcīgās un maznodrošinātās personas, jaunieši 70%; pārējie soc.atst.riskam pakļautie iedzīvotāji, jaunieši – 30%

Nr.	Tēmas nosaukums ¹	Pasākuma nosaukums ²	Pasākuma īss apraksts ³	Pasākuma īstenošanas ilgums un biežums ⁴	Pasākuma atbilstība teritorijas veselības profilam ⁵	Mērķa grupa ⁶						
			stundas atkarību psihologs)	<table border="1" data-bbox="772 337 1016 407"> <tr> <th colspan="3" data-bbox="772 337 1016 363">Novembris</th> </tr> <tr> <td data-bbox="772 363 848 407">13.11.</td> <td data-bbox="848 363 924 407">20.11.</td> <td data-bbox="924 363 1016 407">27.11.</td> </tr> </table>	Novembris			13.11.	20.11.	27.11.		Dzimuma sadalījums: Sievietes 80%, vīrieši 20%
Novembris												
13.11.	20.11.	27.11.										
4.	Fiziskā aktivitāte,	Vingrošanas nodarbības bērniem	<p>Vingrošanas nodarbības bērniem stājas profilaksei un fiziskās aktivitātes veicināšanai</p> <p>Vienas nodarbības ilgums 40 minūtes</p>	<p>Kocēnu novadā = 4 skolas Nodarbības 1.-2. un 3. -4. klasei 2 x mēnesī visu mācību gadu. Ārpus mācību sporta programmas, kā izvēles priekšmets pēc mācību stundām – kā fakultatīvais pulciņš. Dikļu skolā Jaunburtnieku skolā Rubenes skolā Kocēnu pamatskolā 15 x mācību gadā; 2 klašu grupas; 4 skolas. 15 x 2 = 30 30 x 4 = 120 nodarbības</p> <p>2017.gada aktivitātes no 09.2017.-12.2017.</p>	Zems veselības pašvērtējums, Augstāka mirstība no SAS, Augstāka mirstība no ļaundabīgiem audzējiem	<p>Kocēnu novada izglītības iestāžu 1.-4. klašu audzēkņi, bērni – 100%</p> <p>Dzimuma sadalījums: Sievietes 50%, vīrieši 50%</p>						
5.	Seksuālā un reproduktīvā veselība	Jauniešu seksuālās veselības veicināšanas pasākumi.	Lai formētos reprodukcijas spējas un seksuālā attīstība, būtiska nozīme ir veselīgam uzturam, fiziskajām un garīgajām aktivitātēm, veselīgam dzīvesveidam bez smēķēšanas,	Pasākumi plānoti Kocēnu novada izglītības iestāžu 7.-9. klašu audzēkņiem (Dikļu pamatskolā, Jaunburtnieku pamatskolā, Kocēnu pamatskolā, Rubenes pamatskolā). Pasākumu kopums tiks nodrošināts atsevišķi meitenēm un zēniem. Kopskaitā katrai skolai 24 nodarbības, 12 nodarbības	Augstāka mirstība no SAS, Zems veselības pašvērtējums, Augstāks abortu relatīvais skaits	<p>Kocēnu novada izglītības iestāžu 7.-9. klašu audzēkņiem, bērni – 100%.</p> <p>Dzimuma sadalījums: Sievietes 60%, vīrieši 40%</p>						

Nr.	Tēmas nosaukums ¹	Pasākuma nosaukums ²	Pasākuma īss apraksts ³	Pasākuma īstenošanas ilgums un biežums ⁴	Pasākuma atbilstība teritorijas veselības profilam ⁵	Mērķa grupa ⁶
			alkohola, psihotropo un narkotisko vielu lietošanas. Vienas nodarbības ilgums 40 minūtes	zēniem, 12 nodarbības meitenēm 7.-9.klašu audzēkņiem. Nodarbības plānotas plānotais pasākumos iesaistīto bērnu skaits 180 skolu audzēkņi. Plānoto periodu īstenošanas laiks 10.2017.- 12.2017.		
6.	Garīgā (psihiskā) veselība	Izglītojoši pasākumi topošajiem vecākiem	Izglītojoši pasākumi topošajiem vecākiem un jaunajām māmiņām par bērnu komplekso veselības veicināšanu, Lekciju un nodarbību kurss jaunajiem vecākiem par bērnu veselības veicināšanas pasākumiem, par veselīgu uzturu jaundzimušajiem un dažādiem veselības veicināšanas pasākumiem. Vienas nodarbības ilgums 2,5 stundas	3 lekciju par dažādām tēmām Kocēnos Speciālista nodarbība 3 x 200,00 = 600,00 EUR Vienas nodarbības ilgums 2,5 stundas Izglītojoši pasākumi topošajiem vecākiem un jaunajām māmiņām par bērnu komplekso veselības veicināšanu, 2017.gadā. Kocēnu kultūras namā 15.11. 22.11. 29.11.	Zems veselības pašvērtējums, zems ikdienas uzturā lietojamo ogu auļu un dārzeņu patēriņš, lielāka liekā svara pieauguma un aptaukošanās iespējamība	Jaunās māmiņas – 40%, Soc.riska kategorijā esošās jaunās māmiņām – 60% Dzimuma sadalījums: Sievietes 90%, vīrieši 10%

Piezīmes.

¹ Tēmas: garīgā (psihiskā) veselība, atkarību mazināšana, fiziskā aktivitāte, veselīgs uzturs, seksuālā un reprodūktīvā veselība.

² Pasākuma nosaukumu norāda saskaņā ar Sabiedrības veselības pamatnostādņēm vai vadlīnijām pašvaldībām veselības veicināšanā, piemēram, "Mācības veselīgā uztura pagatavošanai", "Nūjošanas grupu organizēšana", "Orientēšanas sporta interešu pulciņš".

³ Norāda informāciju par pasākuma īstenošanas metodēm un resursiem (piemēram, cilvēkresursi, iekārtas, aprīkojums, infrastruktūra) [līdz 150 vārdiem].

⁴ Norāda informāciju par periodu/-iem, kad plānots pasākumu īstenot.

⁵ Pamato pasākuma nepieciešamību ar teritorijas veselības profilā norādītājām problēmām [līdz 50 vārdiem].

⁶ Norāda mērķa grupu un plānoto pasākumu apmeklētāju skaitu grupā atbilstoši Ministru kabineta 2016. gada 17. maija noteikumiem Nr. 310 "Darbības programmas "Izaugsme un nodarbinātība" 9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem, jo īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem" 9.2.4.1. pasākuma "Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi" un 9.2.4.2. pasākuma "Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei" īstenošanas noteikumi" (teritoriāli atstumtie, trūcīgie iedzīvotāji, bezdarbnieki, personas ar invaliditāti, iedzīvotāji vecumā virs 54 gadiem, bērni) attiecīgi sadalījumā pa dzimumiem.

⁷ Norāda atsauci uz projekta darba plāna pasākuma numuru un informāciju par sasaisti.

⁸ Norāda pasākuma atbilstību vienai no projekta atbalstāmajām darbībām – "slimību profilakses pasākumi mērķa grupām un vietējai sabiedrībai", norādot "profilakse", vai "veselības veicināšanas pasākumi mērķa grupām un vietējai sabiedrībai", norādot "veselības veicināšana".