

Informatīvie materiāli veselības veicināšanas jautājumos

Slimību profilakses un kontroles centrs (SPKC) informē, ka aizgājušā gada nogalē ir izveidoti vairāki izglītojoši video par fizisko aktivitāšu veicināšanu un traumatisma profilaksi bērniem, kā arī aicina bez maksas, drukātā formātā saņemt SPKC izstrādātos informatīvos materiālus. Ir izveidoti video **par fizisko aktivitāšu veicināšanu:**

- "Tava bērna veselība ir kustībā!" par piemērotākajām fiziskajām aktivitātēm 1-2 gadus veciem bērniem: <https://www.youtube.com/watch?v=MvK8E9iF1a4>
- "Tava bērna veselība ir kustībā!" par piemērotākajām fiziskajām aktivitātēm 3-5 gadus veciem bērniem: <https://www.youtube.com/watch?v=2uNKxfe8dGk>
- "Tava bērna veselība ir kustībā!" par piemērotākajām fiziskajām aktivitātēm pusaudžiem: <https://www.youtube.com/watch?v=QLF5BZgnr0Q>
- "Tava veselība ir kustībā!" par fizisko aktivitāšu iekļaušanu savā ikdienā sēdoša darba veicējiem: <https://www.youtube.com/watch?v=h8tpjUGAxzw>

Ir izveidoti video **par traumatisma profilaksi bērniem:**

- "Lielais noslēpums": <https://www.youtube.com/watch?v=PhGsQycbBMg>
- "Bērnu laukuma detektīvs": https://www.youtube.com/watch?v=Za_oEPY_oj0
- "Jampadracis": <https://www.youtube.com/watch?v=AuBPeb16yI4>

Šie un citi video pieejami SPKC Youtube.com kontā:

<https://www.youtube.com/channel/UCLlpko1BWp2KklFQgzC-icw>. Ir izstrādāti jauni informatīvie materiāli:

- "Ieteikumi izglītības iestāžu pedagogiem darbam ar mācību filmām "Katrīna" un "Roberts" emocionālās labklājības veicināšanai un nīrgāšanās mazināšanai skolā un interneta vidē": https://www.spkc.gov.lv/upload/Bukleti/ieteikumi_katrinaroberts.pdf
- "Ieteikumi pedagogiem darbam ar mācību filmu "Par Janča puncu un tīrām rokām" par roku higiēnas ievērošanu pirmsskolas un sākumskolas vecuma bērniem": https://www.spkc.gov.lv/upload/Bukleti/ieteikumi_jancu_puncis.pdf
- "Veselību veicinoša skola" par veselību veicinošo skolu tīklu Latvijā: https://www.spkc.gov.lv/upload/Bukleti/buklets_veselibu_veicinoso_skola.pdf
- "Gripa" infografika https://www.spkc.gov.lv/upload/Infografikas/infografika_gripa_2016.pdf
- "Difterija - dzīvībai bīstama" infografika https://www.spkc.gov.lv/upload/Infografikas/infografika_difterija.pdf
- "Veselīgs miegs - guli labi - jūties labi!" infografika https://www.spkc.gov.lv/upload/Infografikas/infografika_veseligs_miegs.pdf

SPKC aicina saņemt izstrādātos veselības veicināšanas informatīvos materiālus, ar kuriem var iepazīties SPKC interneta vietnē:

- sadaļā "Informatīvie izdevumi" - <https://www.spkc.gov.lv/lv/informativi-izdevumi/informativi-izdevumi>
- sadaļā "Plakāti" - <https://www.spkc.gov.lv/lv/informativi-izdevumi/plakati>.

Informatīvos materiālus bez maksas, drukātā formātā ir iespējams saņemt SPKC,

Duntes ielā 22, Rīgā no plkst. 8.30 līdz 17.00. Lūgums par nepieciešamo materiālu skaitu un ierašanās laiku ziņot vismaz **2 dienas pirms plānotās materiālu saņemšanas**, rakstot vai zvanot Kristīnei (tālr. 67387615, e-pasts: kristine.sica@spkc.gov.lv).

Informāciju sagatavoja: Kristīne Šica Slimību profilakses un kontroles centra

Psihiskās veselības veicināšanas nodaļas

Sabiedrības veselības analītiķe