



**Profesionālās pilnveides semināra**  
**„Veselības veicināšana darba vietās”**  
**PROGRAMMA**  
**darba variants**

**Semināra norises laiks un vieta:**

2014.gada 15. aprīlī, plkst. 12.00 - 16.00.

Saldus kultūras centrs, Kamerzāle, 2. stāvs, Brīvības iela 16, Saldus

Laiks	Tēma	Lektors
11.30.-12.00.	Reģistrācija	
12.00.-12.20.	Ievads un semināra atklāšana. 2014. gadā paredzētie informatīvie pasākumi. Darba aizsardzības aktualitātes Latvijā.	<i>Ivars Vanadziņš,</i> Darba drošības un vides veselības institūts (DDVVI)
12.20.-13.20.	Situācija Latvijā – cik informēti un apmācīti esam un ko domājam par veselīgu dzīves/darba veidu. Veselības veicināšana darba vietās – koncepcija un pamatojums	<i>Ivars Vanadziņš,</i> DDVVI
13.20.-13.40.	Sabiedrības veselības situācija Latvijā un valstiskie risinājumi veselības veicināšanas attīstībai, sabiedrības veselības stratēģijas ieviešana Latvijā. Novecošana, hroniskās slimības, mazkustīgs dzīvesveids un neveselība pārtika – 21.gadsimta veselības izaicinājumi	<i>Tiks precizēts</i>
13.40.-14.00.	<i>Alternatīvā „Kafijas pauze”</i>	
14.00.-15.00.	Svarīgākie veselības veicināšanas darbā piemēri un iespējas: <ul style="list-style-type: none"><li>• darba apstākļu tālāka uzlabošana virs minimālo prasību apjoma;</li><li>• vispārējā veselības stāvokļa uzlabošana;</li><li>• veselīgu ēšanas paradumu veicināšana;</li><li>• fizisko aktivitāšu un veselīga dzīvesveida veicināšana;</li><li>• sociālo kontaktu veicināšana;</li><li>• atkarību profilakse un mazināšana.</li></ul> Veselības veicināšana darba vietās - Labās prakses piemēri Latvijā – piemēri no Ilgstpējas indeksa uzņēmumiem	<i>Ivars Vanadziņš,</i> DDVVI
15.00.-15.30.	<i>Reģiona labās prakses piemēri</i>	<i>Tiks precizēts</i>
15.30.-16.00.	Diskusijas un jautājumi, ierosinājumi. Darba aizsardzības jomas jaunumi. Semināra noslēgums.	<i>Visi lektori, dalībnieki</i>