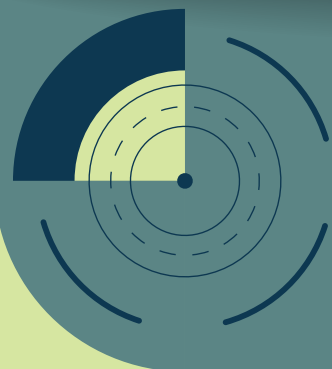




RĪGAS DOMES  
LABKLĀJĪBAS  
DEPARTAMENTS



# RĪGAS VESELĪBAS PROFILS



# SATURS



**PRIEKŠVārds**

**3**



**RĪGAS VIZĪTKARTE**

**4**



**RĪGAS IEDZĪVOTĀJI**

**5**



**LABKLĀJĪBA**

**7**



**IEDZĪVOTĀJU VESELĪBA**

**9**



**VESELĪBAS APRŪPE**

**14**



**VIDE**

**15**



**IZGLĪTĪBA**

**17**



**SATIKSME**

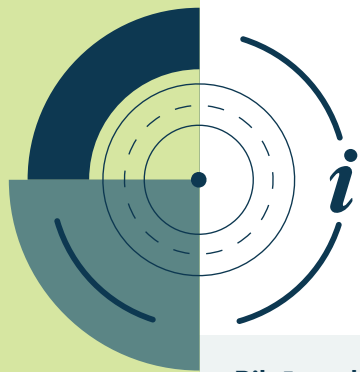
**18**



**DROŠĪBA UN KĀRTĪBA**

**19**





# i PRIEKŠVārds

ATPAKAĻ UZ  
SATURU



**Pilsētas lielākā vērtība ir tās iedzīvotāji. Rīgas pilsētu raksturojošie rādītāji ir demogrāfiskie, sociālie un ekonomiskie procesi, savukārt produktīvas un ražīgas ekonomikas un valsts attīstības pamatā ir veselīga sabiedrība.**

Abu pušu – pilsētas un tās iedzīvotāju – saustarpējā mijiedarbība ietekmē pilsētvides attīstību tās visplašākajā izpratnē. Rīgas pilsēta ir iekļauta Pasaules Veselības organizācijas Eiropas Veselīgo pilsētu tīklā un Latvijas Nacionālajā veselīgo pašvaldību tīklā ar mērķi atbalstīt un veicināt pašvaldību rīcību iedzīvotāju veselības veicināšanā un slimību profilaksē.

Rīgas domes noteikto veselības aprūpes, veselības veicināšanas un sociālās palīdzības politiku Rīgā īsteno Rīgas domes Labklājības departaments, pilnveidojot pilsētas iedzīvotāju veselības aprūpes un sociālās palīdzības apjomu un kvalitāti, kā arī nodrošina informācijas pieejamību par veselības aprūpes, veselības veicināšanas un sociālās palīdzības apjomu un iespējām.

## RĪGAS VESELĪBAS PROFILS IR:

**Pārskats par veselības aprūpes, slimību profilakses veicināšanas sistēmu, akcentējot Rīgas pilsētas pašvaldības ieguldījumu tās uzlabošanā un attīstīšanā.**

Šajā profilā ir apkopota informācija par Rīgas pilsētas pašvaldības iedzīvotāju veselības rādītājiem un veselības veicināšanas un slimību profilakses rīcības virzieniem. Būtiska ir visu nozaru iesaistīšanās un līdzdalība iedzīvotāju veselības veicināšanā un saglabāšanā, jo veselīga sabiedrība veicina paaugstinātu darba produktivitāti, veselīgu novecošanu, kā arī izmaksu samazināšanu izdevumiem, kas saistīti ar slimību ārstēšanu un sociālo palīdzību.

Viens no sabiedrības veselības politikas pamatprincipiem un Rīgas pilsētas pašvaldības mērķiem ir „veselība visās politikās” – attīstīt starpsektoru sadarbību sabiedrības veselībā, veidojot apziņu, ka ikviena nozare ietekmē gan iedzīvotāju veselību, no cilvēka piedzimšanas brīža līdz mūža beigām, kā arī pilsētas attīstību kopumā.



# RĪGAS VIZĪTKARTE

## RĪGA

Latvijas galvaspilsēta

1201. g. –  
pilsētas dibināšanas gads

Trešā lielākā

pilsēta Baltijas jūras reģionā

ATPAKAĻ UZ  
SATURU



Platība

304 km<sup>2</sup>



Iedzīvotāju blīvums  
Rīgā uz 1 km<sup>2</sup>

2479 cilvēki

## PILSĒTAS TERITORIĀLAIS IEDALĪJUMS

6

RAJONI UN  
PRIEKŠPILSĒTAS

- 1. Kurzemes rajons
- 2. Ziemeļu rajons
- 3. Centra rajons
- 4. Vidzemes priekšpilsēta
- 5. Latgales priekšpilsēta
- 6. Zemgales priekšpilsēta

58

APKAIMES



Uzzināt vairāk

ARĶ



# RĪGAS IEDZĪVOTĀJI

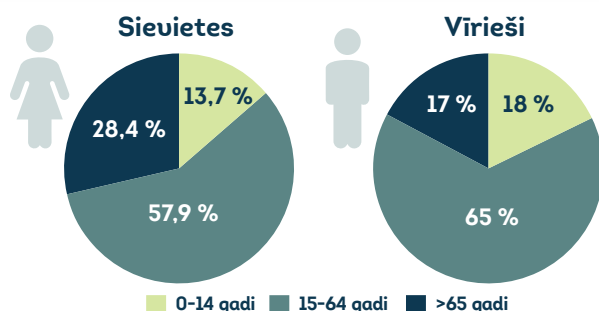
ATPAKAĻ UZ SATURU

RĪGĀ DZĪVO TREŠDAĻA VALSTS IEDZĪVOTĀJU

33 %

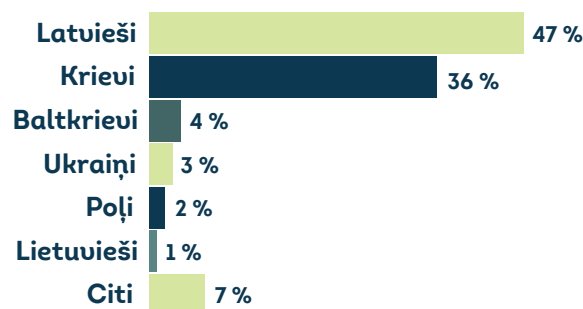
RĪGA IR LIELĀKĀ LATVIJAS PILSĒTA

RĪGAS IEDZĪVOTĀJU ĪPATSVARŠ\*

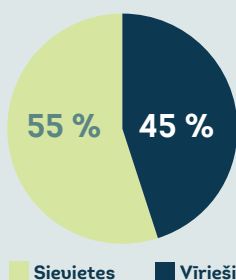


\*2019. un 2020. gada dati

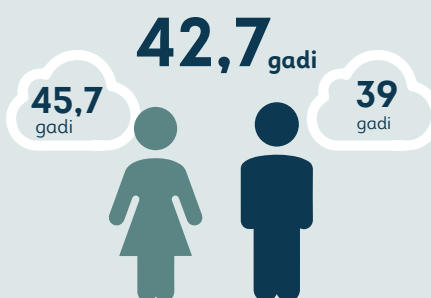
TAUTĪBU ĪPATSVARŠ RĪGĀ



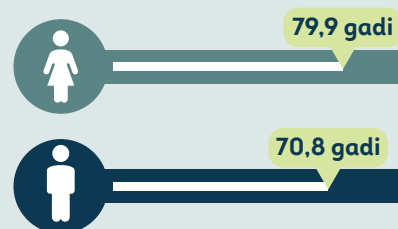
RĪDZINIEKI PĒC DZIMUMA



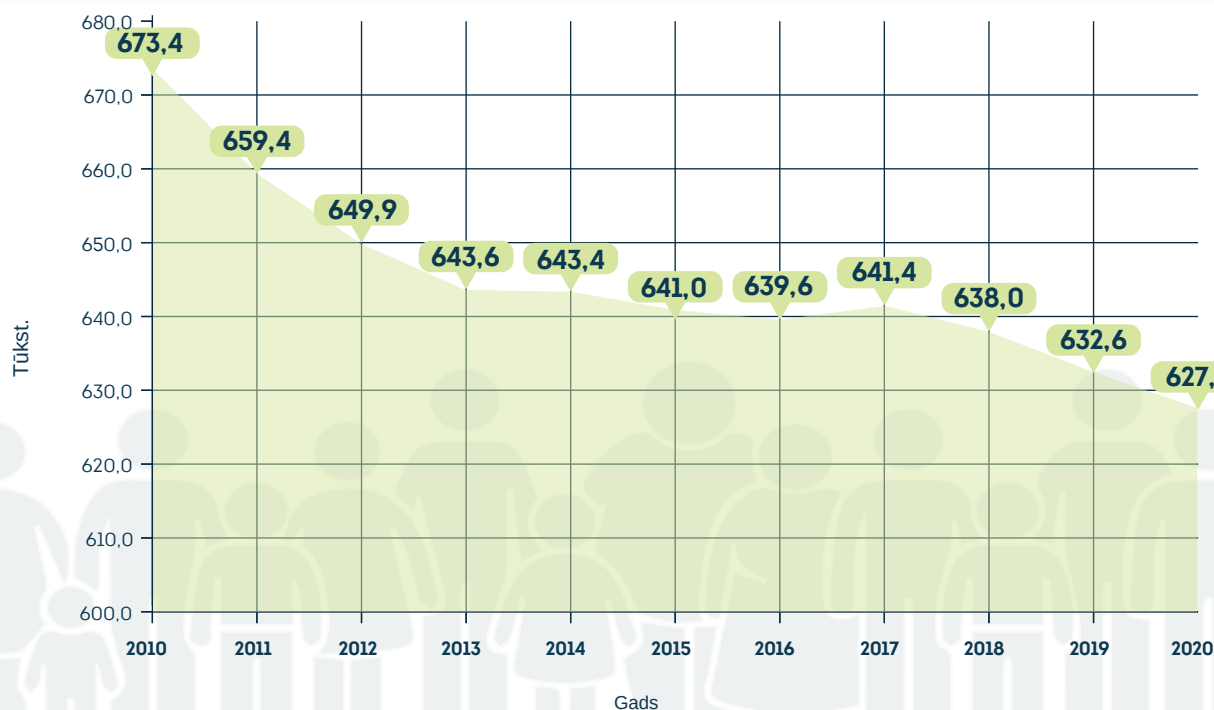
VIDĒJAIS RĪDZINIEKA VECUMS



PAREDZAMAIS VIDĒJAIS MŪŽA ILGUMS



PASTĀVĪGO IEDZĪVOTĀJU SKAITS RĪGĀ



# IEDZĪVOTĀJU DABISKĀ KUSTĪBA

## NOSLĒGTAS LAULĪBAS\*



4320

Uz 1000 iedzīvotājiem  
6,9

## ŠĶIRTAS LAULĪBAS\*



2029

Uz 1000 iedzīvotājiem  
3,2

## DZIMUŠĪ\*



Vīrieši



Sievietes

5909

Uz 1000 iedzīvotājiem  
9,4

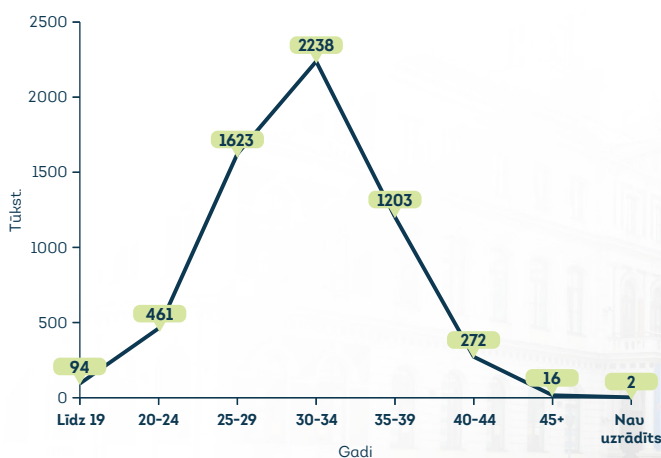
## MIRUŠĪ\*



8488

Uz 1000 iedzīvotājiem  
13,5

## MĀTES VIDĒJAIS VECUMS, BĒRĒM PIEDZIMSTOT\*



## MIRUŠO SKAITS PĒC VECUMA\*



## DABISKAIS PIEAUGUMS\*

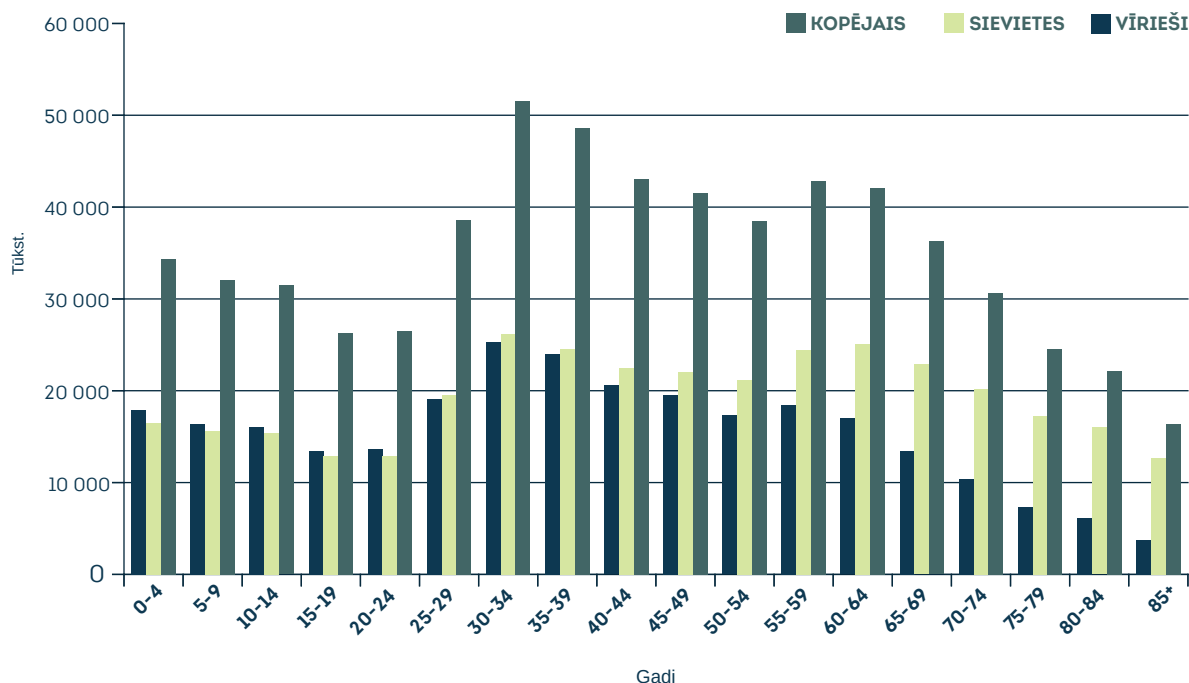


-2579

Uz 1000 iedzīvotājiem  
-4,1

## PASTĀVĪGO IEDZĪVOTĀJU VECUMA UN DZIMUMA SASTĀVS\*

\*2020. gada sākumā



ATPAKAĻ UZ  
SATURU





# LABKLĀJĪBA

ATPAKAĻ UZ  
SATURU



**RĪGAS DOMES LABKLĀJĪBAS DEPARTAMENTS** ir Rīgas pilsētas pašvaldības vadošā iestāde Rīgas pilsētas pašvaldībai noteiktās kompetences ietvaros sociālo pakalpojumu, sociālās palīdzības, veselības aprūpes pieejamības, veselības veicināšanas un profilakses jautājumos.

**LABKLĀJĪBAS DEPARTAMENTA MĒRĶIS** ir izveidot stabilu un atbildīgu sociālo sistēmu, kura sniedz materiālo nodrošinājumu minimālā līmenī, kā arī atbalstu sociālo problēmu risināšanā un personu sociālās funkcionēšanas spēju samazināšanās gadījumā nodrošinātu veselības aprūpes pieejamību, veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumus.

Rīgas pilsētas pašvaldība katru gadu sniedz atbalstu sociāli mazaizsargātajiem rīdziniekiem.



2019. gadā

## DZĪVES KVALITĀTES UZLABOŠANAI

SOCIĀLOS  
PABALSTUS

saņēma

22 932

iedzīvotāji

SOCIĀLOS  
PAKALPOJUMUS

saņēma

27 201

iedzīvotājs

Sociālajos pabalstos izmaksāti:

11 378 922 EUR

Sociālo pakalpojumu apmaksai no pašvaldības budžeta izmaksāti:

56 912 720 EUR



2020. gadā

## RĪDZINIEKIEM IR PIEEJAMI

54

SOCIĀLIE  
PAKALPOJUMI

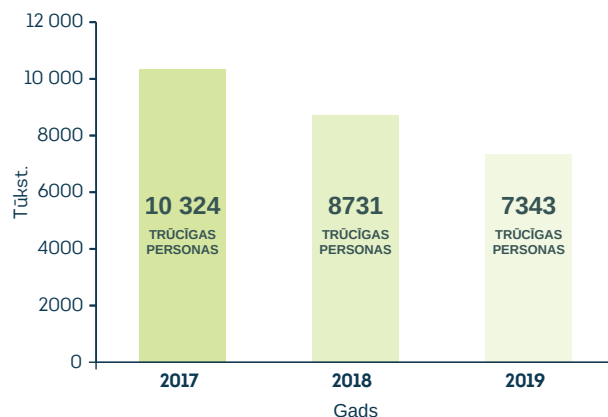
16

SOCIĀLO  
PABALSTU VEIDI

Sociālie pabalsti, piemēram:

- pabalsts GMI (garantētā minimālā ienākuma) līmeņa nodrošināšanai,
- dzīvokļa pabalsts,
- pabalsts veselības aprūpei,
- vienreizējs pabalsts ģimenei sakarā ar bērna piedzimšanu u.c.

Rīgā kopš 2012. gada samazinās to personu skaits, kuras saskaņā ar Rīgas Sociālā dienesta lēmumu ir atzītas par trūcīgām vai maznodrošinātām personām (ģimenēm).



TRŪCĪGO  
PERSONU

2018

SAMAZINĀJUMS

16 %

2019

MAZNODROŠINĀTO  
PERSONU

2018

SAMAZINĀJUMS

12 %

2019

Sociālie pakalpojumi tiek nodrošināti atbilstoši personas vajadzībām, pamatojoties uz sociālā darba speciālista veiktu personas vajadzību un resursu novērtējumu. Ir pieejami sociālās aprūpes pakalpojumi dzīvesvietā, īslaicīgas sociālās aprūpes gultas, ilgstošas sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūcijas, krīzes centri, siltā ēdiena izsniegšanas vietas, dienas centri, ģimenes asistenti un citi.



Uzzināt vairāk

ATPAKAĻ UZ  
SATURU



Uzzināt vairāk

## Rīdziniek!

Uzzini par Rīgas pilsētas pašvaldības sociālo palīdzību (pabalstiem) un sociālajiem pakalpojumiem!

Ieskaties Rīgas domes Labklājības departamenta mājaslapā

**www.ld.riga.lv**

Vai piezvani pa BEZMAKSAS informatīvo tālruni:

**80005055**

## KONTAKTINFORMĀCIJA

### Rīgas Sociālais dienests un nodaļas

|                           |                           |                                         |
|---------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|
| Rīgas Sociālais dienests  | Baznīcas iela 19/23, Rīga | Tālr.: 67105048<br>e-pasts: soc@riga.lv |
| Latgales rajona nodaļa    | Avotu iela 31 k-2, Rīga   | Tālr.: 67037695                         |
| Pārdaugavas rajona nodaļa | Ed. Smiļģa iela 46, Rīga  | Tālr.: 67012271                         |
| Ziemeļu rajona nodaļa     | Vidrižu iela 1A, Rīga     | Tālr.: 67012126                         |

### Pašvaldības ilgstošas sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūcijas

|                                        |                        |                 |
|----------------------------------------|------------------------|-----------------|
| Sociālās aprūpes centrs "Mežciems"     | Malienas iela 3A, Rīga | Tālr.: 67181955 |
| Sociālās aprūpes centrs "Gaiļezers"    | Hipokrāta iela 6, Rīga | Tālr.: 67539453 |
| Sociālās aprūpes centrs "Stella Maris" | Birzes iela 54, Rīga   | Tālr.: 67012698 |

### Pašvaldības patversmes

|                                                                                            |                         |                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------|
| Rīgas patversmes <b>Viriešu nodaļa</b>                                                     | Maskavas iela 208, Rīga | Tālr.: 67037120 |
| Rīgas patversmes <b>Sieviešu nodaļa</b>                                                    | Eiženijas iela 1E, Rīga | Tālr.: 67105634 |
| Rīgas patversmes Dienas centrs bezpajumtniekiem un maznodrošinātajiem                      | Katoļu iela 57, Rīga    | Tālr.: 67181663 |
| Rīgas patversmes struktūrvienība Mobilā brigāde ielu sociālajam darbam ar bezpajumtniekiem |                         | Tālr.: 27023550 |

### Pašvaldības krīzes centrs

|                                                                  |                         |                 |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------|
| Rīgas pašvaldības Bērnu un jauniešu centra Krīzes centrs bērniem | Maskavas iela 178, Rīga | Tālr.: 67848107 |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------|



# IEDZĪVOTĀJU VESELĪBA

ATPAKAĻ UZ  
SATURU

Veselība ir viena no cilvēka pamatvērtībām, un tieši pašvaldībām ir liela ietekme veselīgas sabiedrības veidošanā.

## RĪGAS PILSĒTAS PAŠVALDĪBAS SABIEDRĪBAS VESELĪBAS STRATĒGIJAS MĒRĶIS

UZLABOT RĪGAS IEDZĪVOTĀJU  
VESELĪBAS STĀVOKLI

MAZINĀT PRIEKŠLAICĪGAS  
NĀVES GADĪJUMU SKAITU

LAI SASNIEGTU ŠO MĒRĶI, TIEK IZVIRZĪTI  
ŠĀDI APAKŠMĒRĶI



**UZLABOT  
ZINĀŠANAS**  
par veselīgu dzīvesveidu  
(veselībpratības veicināšana)



**SAMAZINĀT  
SASLIMSTĪBU**  
ar neinfekcijas  
slimībām

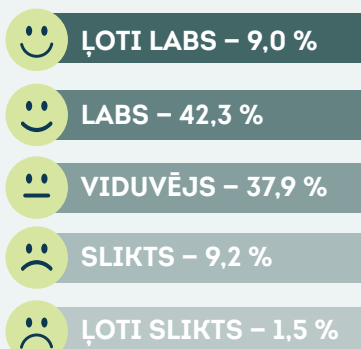


**VEICINĀT  
VESELĪGU UN DROŠU**  
pilsētas, mācību  
un darba vidi



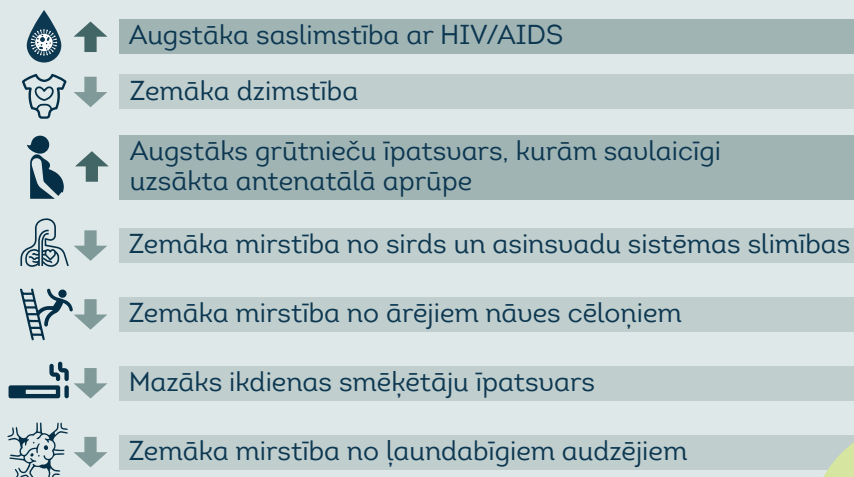
**UZLABOT  
VESELĪBAS APRŪPES**  
pakalpojumu pieejamību  
Rīgas pilsētā

### KĀ RĪDZINIEKI VĒRTĒ SAVU VISPĀRĒJO VESELĪBAS STĀVOKLI



(N)- 514393 \*2016. g.

### PROBLĒMAS, IZAICINĀJUMI, POZITĪVĀS TENDENCES, SALĪDZINOT AR SITUĀCIJU VIDĒJI LATVIJĀ



# POTENCIĀLI ZAUDĒTIE MŪŽA GADI

Potenciāli zaudētie mūža gadi (PZMG) ir rādītājs, kas raksturo zaudēto gadu skaitu, kurus cilvēks būtu nodzīvojis līdz noteiktam vecumam (64 gadiem), ja nebūtu nomiris negadījumā vai kādas slimības dēļ.

## VISLIELĀKĀ MŪŽA GADU ZUDUMA IEMESLI

## GALVENIE NĀVES CĒLOŅI



**1. SIRDS UN ASINSVADU SISTĒMAS SLIMĪBAS (SAS)**

Rīgā

694

Vidēji Latvijā

784

Uz 100 000 iedzīvotājiem 2019. gadā

SAS ir biežākais nāves cēlonis Latvijas iedzīvotāju vidū.

To izplatību ietekmē dažādi faktori, tostarp **liela nozīme ir veselīgam dzīvesveidam:**



Uztura paradumi



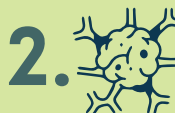
Fiziskas aktivitātes



“Nē” atkarībām



Pozitīvi, ka priekšlaicīga mirstība no SAS dinamiski **SAMAZINĀS** visā Latvijā kopumā!



**2. ĻAUNDABĪGI AUDZĒJI**

Rīgā

294

Vidēji Latvijā

300

Uz 100 000 iedzīvotājiem 2019. gadā

Ļaundabīgi audzēji ir otrs biežākais nāves cēlonis Latvijas iedzīvotāju vidū. Mirstība no ļaundabīgiem audzējiem **Latvijā ir augstāka nekā vidēji ES.**

Ik gadu **~11 tūkstošiem** Latvijas iedzīvotāju tiek



**DIAGNOSTICĒTS** ļaundabīgs audzējs

Ik gadu **~6 tūkstoši** mirst ļaundabīgu audzēju dēļ

Ievērojamākā mirstības rādītāja samazināšanās no 2010. līdz 2019. gadam



RĪGAS REĢIONĀ par

**18 %**

**Rīgā biežākie nāves cēloņi** 2019. gadā ļaundabīgo audzēju grupā ir



Bronhu un plaušu audzējs



Krūts audzējs sievietēm



**3. ĀRĒJI NĀVES CĒLOŅI**

Rīgā

65

Vidēji Latvijā

72

Uz 100 000 iedzīvotājiem 2019. gadā

Ārēji cēloņi ir trešā biežākā nāves cēloņu grupa Latvijas iedzīvotāju vidū. Rīgā mirstība no ārējiem nāves cēloņiem ir zemāka nekā valstī kopumā.

Ik gadu **~500 cilvēku** Rīgā iet bojā ārējo nāves cēloņu dēļ

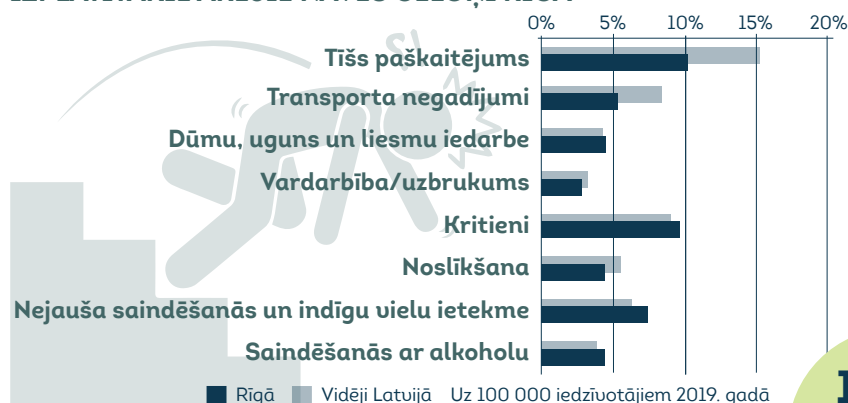
Salīdzinoši Rīgā ir:

**↓ ZEMĀKAIS PAŠNĀVĪBU SKAITS**

(Par trešdaļu zemāks nekā vidēji Latvijā)

**↑ AUGSTĀKA MIRSTĪBA PĒC KRITIENIEM un SAINDĒŠANĀS,** tostarp nejaušas saindēšanās ar ALKOHOLU

### IZPLATĪTĀKIE ĀRĒJIE NĀVES CĒLOŅI RĪGĀ



■ Rīgā ■ Vidēji Latvijā Uz 100 000 iedzīvotājiem 2019. gadā

ATPAKAĻ UZ SATURU



## HIV / AIDS

2019. gadā Rīgā reģistrēti

**50 %**no visiem HIV saslimšanas  
gadījumiem valstī**61 %**no visiem AIDS saslimšanas  
gadījumiem valstīRĪGAS REĢIONĀ  
daudz augstāka  
nekā vidēji Latvijā

PĀRSNIEDZ

valsts vidējo rādītāju  
DIVAS REIZES

Uzzināt vairāk

ATPAKAĻ UZ  
SATURU

Rīgas domes Labklājības departaments nodrošina HIV profilakses un psihosociālos pakalpojumus narkotisko vielu lietotājiem un viņu kontaktpersonām, piedāvājot iespēju jebkuram Rīgas iedzīvotājam **bez maksas un anonīmi veikt HIV eksprestestu**, saņemot konsultāciju pirms un pēc testa, kā arī citus ar HIV profilaksi saistītus pakalpojumus.

## Kaitējuma mazināšanas programmas rādītāji 2020. g.:

- Jauno (pirmreizējo) klientu skaits – **678**
- Psihologa sniegto konsultāciju skaits – **503**
- Sociālo darbinieku sniegto konsultāciju skaits – **777**
- HIV konsultanta sniegto konsultāciju skaits – **1523**
- Veikto HIV testu skaits – **1463**
- Izsniegto šļirču skaits – **666 477**
- Izsniegto prezervatīvu skaits – **36 773**

Konsultāciju  
kopskaits:**2803**Aptverot visas  
konsultācijas kopāSalīdzinoši Rīgā ir  
**AUGSTĀKA**saslimstība ar atsevišķām infekcijas slimībām  
STI, HIV, AIDS un jaunatklātu akūtu C hepatītuSalīdzinoši Rīgā ir  
**ZEMĀKA**saslimstība ar ĒRČU  
pārnēsātajām slimībām

## TUBERKULOZE

LATVIJĀ VIDĒJI

**70** nāves gadījumu  
ik gaduGalvenais nāves cēlonis  
cilvēkiem, kuriem diagnosticēta  
HIV infekcija

Uzzināt vairāk

Ar Rīgas domes Labklājības departamenta atbalstu SIA „Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca” nodrošina Tuberkulozes slimnieku motivēšanu līdzestībai tuberkulozes ārstēšanā. Rīgā vidēji ir **60 DOTS terapijas saņēmēju mēnesī**.

DOTS terapijas saņēmēju atbalstam – **51 000 EUR**

Līdzfinansēti

**SABIEDRISKĀ TRANSPORTA IZDEVUMI**  
**2,30 EUR/dienā**Izsniegto transporta kompensāciju skaits  
**2019. gadā 8118 | 2020. gadā 5928**

Līdzfinansēta

**PĀRTIKAS IEGĀDE**  
**1,00 EUR/dienā**Izsniegto pārtikas talonu skaits  
**2019. gadā 18 046 | 2020. gadā 16 026**

## CUKURA DIABĒTS

LATVIJĀ

**~4,7 %** no visiem  
iedzīvotājiem

RĪGAS REĢIONĀ

**30 000** diabēta  
pacienti2017. gadā sasniedzot  
**91 tūkstoši** slimnieku



# VESELĪBU IETEKMĒJOŠIE PARADUMI

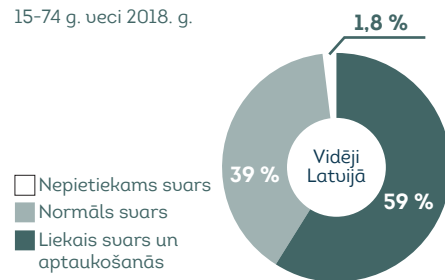
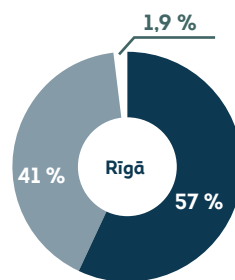


## ĶERMEŅA SVARS

Iedzīvotāju sadalījums pēc ķermeņa masas indeksa

15-74 g. veci 2018. g.

- Nepietiekams svars
- Normāls svars
- Liekais svars un aptaukošanās



To respondentu īpatsvars, kuri brīvajā laikā vismaz 4-6 reizes nedēļā veic fiziskus vingrinājumus 30 minūtes

| VĪRIEŠI PĒC VECUMA GRUPĀM RĪGĀ |         |         |         |         |         |      |
|--------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|------|
| 15 - 24                        | 25 - 34 | 35 - 44 | 45 - 54 | 55 - 64 | 65 - 74 | Kopā |
| 9                              | 12      | 8       | 4       | 11      | 10      | 9    |

Demogrāfiskajās grupās (%)

| SIEVIETES PĒC VECUMA GRUPĀM RĪGĀ |         |         |         |         |         |      |
|----------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|------|
| 15 - 24                          | 25 - 34 | 35 - 44 | 45 - 54 | 55 - 64 | 65 - 74 | Kopā |
| 4                                | 3       | 5       | 7       | 8       | 17      | 7    |

Kopā 8

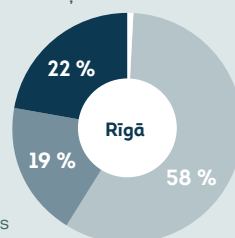


## SMĒĶĒŠANA

Smēķēšanas indekss, īpatsvars procentos no aptaujātajiem

15-74 g. veci 2018. g.

- Nesmēķē
- Ir smēķēšanas pieredze
- Smēķē ik dienas



To respondentu īpatsvars, kuri vēlas atstāt smēķēšanu

| VĪRIEŠI PĒC VECUMA GRUPĀM RĪGĀ |         |         |         |         |         |      |
|--------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|------|
| 15 - 24                        | 25 - 34 | 35 - 44 | 45 - 54 | 55 - 64 | 65 - 74 | Kopā |
| 23                             | 32      | 34      | 34      | 35      | 37      | 32   |

Demogrāfiskajās grupās (%)

| SIEVIETES PĒC VECUMA GRUPĀM RĪGĀ |         |         |         |         |         |      |
|----------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|------|
| 15 - 24                          | 25 - 34 | 35 - 44 | 45 - 54 | 55 - 64 | 65 - 74 | Kopā |
| 22                               | 43      | 50      | 46      | 56      | 23      | 43   |

Kopā 35



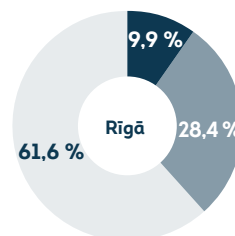
## ALKOHOLA LIETOŠANA

PAR VESELĪBAI BĪSTAMU alkohola patēriņu tiek uzskatītas SEŠAS ALKOHOLA DEVAS vienā iedzeršanas reizē!

1 deva:

- 100 ml vīna
- 1 pudele 500 ml alus
- 40 ml stipro alkoholisko dzērienu

- Nekad
- Retāk nekā reizi mēnesī
- 1 reizi mēnesī un biežāk



## DROŠĪBAS JOSTAS UN ATSTAROJOŠU ELEMENTU LIETOŠANA

To respondentu īpatsvars, kuri gandrīz vienmēr lieto drošības jostas, braucot automašīnas priekšējā sēdekļi, un atstarotājus, ejot tumsā pa ielu vai ceļu

| VĪRIEŠI PĒC VECUMA GRUPĀM RĪGĀ |         |         |         |         |         |      |
|--------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|------|
| 15 - 24                        | 25 - 34 | 35 - 44 | 45 - 54 | 55 - 64 | 65 - 74 | Kopā |
| 91                             | 91      | 93      | 94      | 93      | 88      | 92   |

Drošības jostas

| SIEVIETES PĒC VECUMA GRUPĀM RĪGĀ |         |         |         |         |         |      |
|----------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|------|
| 15 - 24                          | 25 - 34 | 35 - 44 | 45 - 54 | 55 - 64 | 65 - 74 | Kopā |
| 92                               | 91      | 97      | 94      | 83      | 81      | 90   |

Kopā 91

| Atstarotāji | 37 | 24 | 29 | 41 | 45 | 38 | 33 |
|-------------|----|----|----|----|----|----|----|
|-------------|----|----|----|----|----|----|----|

Demogrāfiskajās grupās (%)

| Atstarotāji | 62 | 49 | 45 | 57 | 53 | 31 | 49 |
|-------------|----|----|----|----|----|----|----|
|-------------|----|----|----|----|----|----|----|

Kopā 41



## STRESS

2018. gadā pēdējā mēneša laikā

32 %



rīdzinieku NAV izjūtuši

SASPRINDZINĀJUMU, STRESU vai NOMĀKTĪBU

8 %



IR norādījuši

UZ PIEAUGOŠU DEPRESIJU

# VESELĪBAS VEICINĀŠANA UN SLIMĪBU PROFILAKSE RĪGĀ

Rīgas domes Labklājības departamenta Veselības pārvaldes Sabiedrības veselības veicināšanas un slimību profilakses nodaļas darba virzieni:



**FIZISKO AKTIVITĀŠU  
VEICINĀŠANA**



**PSIHISKĀS VESELĪBAS  
UZTURĒŠANA UN UZLABOŠANA**



**TRAUMATISMA  
PROFILAKSE**



**IZGLĪTOŠANA PAR  
REPRODUKTĪVO VESELĪBU**



**ATKARĪBU  
PROFILAKSE**



**INFEKCIJU SLIMĪBU  
PROFILAKSE**



**DŽĪVES PRASMJU  
PILNVEIDOŠANA ĢIMENĒS**



**VESELĪGA UZTURA  
PARADUMU VEICINĀŠANA**



[www.veseligsridzinieks.lu](http://www.veseligsridzinieks.lu)

Mājas lapu 2020. gadā  
apmeklēja 101 668 reizes



**IZGLĪTOJOŠI SEMINĀRI  
SPECIĀLISTIEM**

## Rīdziniek!

Lai uzlabotu Rīgas pilsētas iedzīvotāju informētību par veselību ietekmējošiem faktoriem, saslimšanas riskiem un to profilaksi, kā arī par citiem veselības veicināšanas jautājumiem, uversies "Veselības istabās", kurās profesionālu konsultāciju sniegs medmāsa.

**"Veselības istabas"**



**Uzzināt vairāk**

Veselības istabas 2020. gadā  
apmeklēja 4454 reizes

## Labklājības departamenta finansējums donoru kustības atbalstam – 25 000 EUR

Organizē biedrība „Latvijas Sarkanais Krusts”



Daļēji līdzfinansēti  
**SABIEDRISKĀ TRANSPORTA IZDEVUMI**  
1,20 EUR/dienā

Donori, kuri saņēma transporta kompensāciju  
2019. gadā – 20 887 | 2020. gadā – 20 859



**DONORU SKAITS**  
asinsdonoru dienās Rīgas domē

2019. gadā – 93 | 2020. gadā – 64



**Uzzināt vairāk par asinsdonoriem**

ATPAKAĻ UZ  
SATURU

# VESELĪBAS APRŪPE

ATPAKAĻ UZ  
SATURU

Rīgas pilsētā ir pieejami augsti specializēti veselības aprūpes pakalpojumi. Tos sniedz valsts, pašvaldības un privātās ārstniecības iestādes. Viena no pašvaldību pastāvīgajām funkcijām ir nodrošināt veselības aprūpes pieejamību, ko raksturo gan iedzīvotāju finansiālās iespējas, gan iespējas nokļūt līdz ārstniecības iestādei. Savukārt valsts apmaksāto veselības aprūpes pakalpojumu nodrošināšana ir valsts kompetencē.



RĪGĀ IR

## 1989

### ĀRSTNIECĪBAS IESTĀDES

(iekļaujot tās, kuras sniedz valsts apmaksātos veselības aprūpes pakalpojumus)

Veselības inspekcijas reģistrs:

[Uzzināt vairāk](#)

## 7 STACIONĀRI

[Uzzināt vairāk](#)

No tiem 2 pašvaldības stacionāri

- [SIA Rīgas Dzemdību nams stacionāri](#)
- [SIA Rīgas 2. slimnīca](#)

## 52 AMBULATORĀS ĀRSTNIECĪBAS IESTĀDES 44 ĀRSTU PRAKSES

[Uzzināt vairāk](#)

No tām 2 pašvaldības iestādes

- [SIA Rīgas 1. slimnīca](#)
- [SIA "Rīgas veselības centrs"](#)

## 443 ĢIMENES ĀRSTI

[Uzzināt vairāk](#)

Pie ģimenes ārstiem reģistrēti

696 700  
iedzīvotāji

123 827  
No tiem bērni

**Ja noticis nelaimes gadījums**, ir gūta ļoti smaga trauma vai ir pēkšņa sasilšana un neatliekamā medicīniskā palīdzība nepieciešama nekavējoties, jāzvana uz



113

Par ārstniecības iestādēm, kur valsts **apmaksātu** veselības aprūpes pakalpojumu var saņemt ātrāk, var uzzināt šeit:



[www.rindapiearsta.lv](http://www.rindapiearsta.lv)

Par veselības veicināšanas un slimību profilakses jautājumiem skatiet šeit:



[www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv)

**Uzzināt vairāk** par valsts apmaksātajiem veselības aprūpes pakalpojumiem un to sniedzējiem, tostarp ģimenes ārstiem, var Nacionālā veselības dienesta mājaslapā



[www.umnud.gov.lv](http://www.umnud.gov.lv)

Vai piezvanot uz bezmaksas informatīvo tālruni



8000 1234

Gadījumos, kad **apmeklēt ģimenes ārstu nav iespējams** (ārpus ģimenes ārstu darba laika), bet veselības stāvoklis neļauj gaidīt, Rīgā ir pieejami dežūrārsti –



[Uzzināt vairāk](#)

Vai piezvaniet uz ģimenes ārstu konsultatīvo tālruni



66 016 001





# VIDE

ATPAKAĻ UZ  
SATURU



Vides kvalitāte ietekmē cilvēka veselību, darba spējas un labklājību.

## DZĪVOJAMĀ PLATĪBA RĪGĀ



**91,03** km<sup>2</sup>

## ZAĻĀ ZONA



**85,09** km<sup>2</sup>

“Mežaparka”  
platība – 385 ha

Rīgas dārzu, parku, skvēru un apstādījumu  
platība – 306,8 ha (116 objekti)

## CEĻI UN IELAS



**45,19** km<sup>2</sup>

Noslogotākās ielas:  
Brīvības iela, Čaka iela, Kr. Valdemāra iela

## ŪDENS



**47,67** km<sup>2</sup>

Lielākie ezeri Rīgā:  
Ķīšezers un Juglas ezers

Pilsētai cauri tek Latvijas lielākā upe Daugava  
Kopējais upju garums pilsētā ir 96,4 km

## GAISA KVALITĀTE RĪGĀ

### NOZĪMĪGĀKIE GAISA PIESĀRŅOJUMA AVOTI:



Autotransports



Pilsētas saimnieciskā darbība

→ apkure/siltumapgāde

→ rūpnieciskie objekti/uzņēmumi

Rīgas dome nodrošina gaisa  
monitoringu pašvaldības līmenī,  
izmantojot 3 monitoringa stacijas:



### STACIJAS MĒRA:



- Slāpekļa oksīdus (NO, NO<sub>2</sub>)
- Sēra dioksīdu (SO<sub>2</sub>)
- Ozonu (O<sub>3</sub>)
- Ogļūdeņražus (benzolu, toluolu, ksilolu)
- Putekļus (PM<sub>10</sub> un PM<sub>5</sub>)



Uzzināt vairāk

! (Dati tiek atjaunoti katru stundu)

## DZERAMĀIS ŪDENS

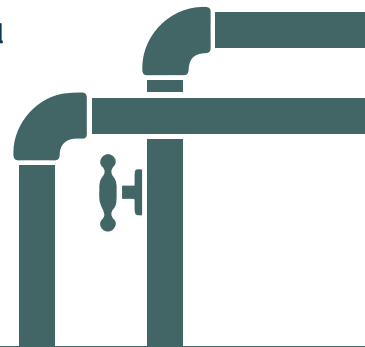


Rīgas ūdensapgādei nepieciešamais ūdens daudzums šobrīd tiek iegūts sešās pilsētas nozīmes ūdensgūtvēs:

"Baltezers-Zaķumuiža" | "Baltezers" | "Baltezers 1"  
"Baltezers 2" | "Zaķumuiža" | "Remberģi".

Rīgas pilsētas ūdensapgādes tīklu kopējais garums ir

**1465 km**



ATPAKAĻ UZ  
SATURU

## PELDSVIETAS RĪGĀ



Rīgā ir 7 oficiālās peldvietas:

- Vakarbuļļu pludmale ("Zilā karoga" sertifikāts),
- Vecāķu pludmale ("Zilā karoga" sertifikāts),
- Daugaugrīvas pludmale,
- Bābelītes ezers,
- Daugavas, peldvieta "Lucausala",
- Daugavas, peldvieta "Lucausalas līcis",
- Daugavas, peldvieta "Rumbula".

Pie Rīgas oficiālajām peldvietām izvietotas arī glābēju stacijas.

Peldvietu ūdens kvalitātes un ūdens kvalitātes monitoringa rezultāti pieejami:



Uzzināt vairāk

## VIDES TROKSNIS



Galvenie trokšņa avoti ir autotransports, sliežu ceļu transports (dzelzceļš un tramvajs), lidosta un osta, rūpniecības objekti un sadzīves trokšņi.

Lai novērtētu dažādu vides trokšņa avotu radītā trokšņa kopējo iedarbību vai noteiktu vispārīgu vides trokšņa prognozi visai Rīgas teritorijai, tiek izstrādātas trokšņa stratēģiskās kartes.



Uzzināt vairāk

## ATKRITUMU APSAIMNIEKOŠANA



Par vidi drošu atkritumu apsaimniekošanu Pierīgas reģionā, Rīgā, rūpējas **GETLIŅU POLIGONS**

Rīgas pilsētas iedzīvotājiem ir pieejami vairāk nekā **3000 konteineru šķirotajiem atkritumiem**

Šķirošanas konteineri:



PLASTMASAI / PAPĪRAM / METĀLAM  
KOPĀ VAI KATRAM ATSEVIŠĶI



STIKLAM



BIOLOĢISKI NOĀRDĀMAJĀM  
ATKRITUMIEM (BNA)



[www.atkritumi.lv](http://www.atkritumi.lv)



Iedzīvotājiem ir dota iespēja **NOLIETOTO ELEKTRONIKU NOVĪT** speciālos konteineros pie tirdzniecības centriem: **MOLS, ALFA, SPICE**



Aptiekās var nodot nederīgos medikamentus un termometrus.

Par atkritumu apsaimniekošanas pakalpojumu sniedzējiem Rīgā var uzzināt šeit:



Uzzināt vairāk

# IZGLĪTĪBA

ATPAKAĻ UZ  
SATURU

Iedzīvotāju izglītības līmenis lielā mērā ietekmē veselīga dzīvesveida izvēli.

## IZGLĪTĪBA 15-74 GADU VECUMA GRUPĀ

(Tūkst.)

Pamatzglītība vai zemāka  
par pamatzglītību 40,4

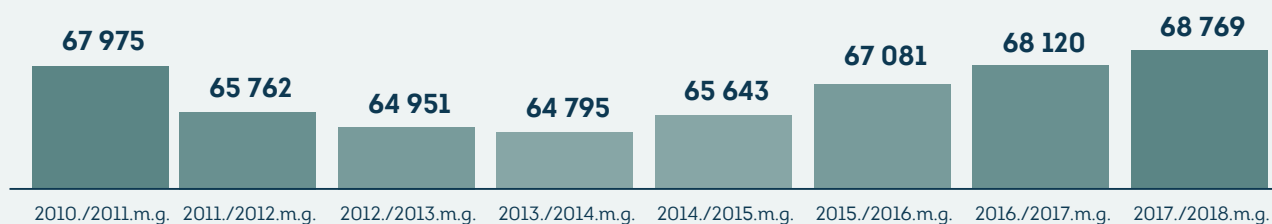
Arodizglītība vai  
profesionālā vidējā izglītība 116,6

Vispārējā vidējā izglītība 120,5

Augstākā izglītība 184,20

- 240 pirmsskolas izglītības iestādes
- 147 vispārizglītojošās izglītības iestādes
- 44 augstskolas un koledžas
- 36 sporta laukumi pie izglītības iestādēm
- 23 brīvā laika pavadīšanas centri
- 13 interešu izglītības iestādes
- 10 sporta skolas
- 9 mūzikas un mākslas skolas
- 2 bērnu pieskatīšanas centri
- 2 reģionālie sporta centri
- 40 Rīgas pašvaldības līdzfinansētās privātskolas
- 29 bibliotēkas

## IZGLĪTOJAMO SKAITA DINAMIKA PĒC GADIEM RĪGAS PAŠVALDĪBAS VISPĀRĒJĀS IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒS



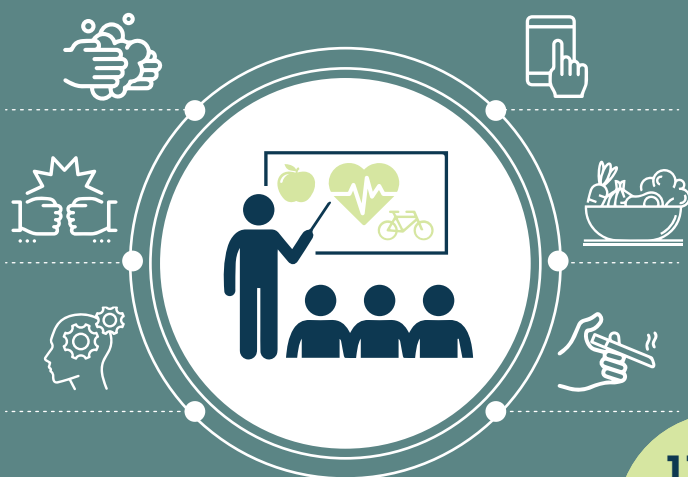
Uzzināt vairāk

## IZGLĪTOJOŠS DARBS RĪGAS IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒS

Rīgas domes Labklājības departamenta speciālisti veic veselības veicināšanas un slimību profilakses darbu Rīgas pilsētas izglītības iestādēs (iekļaujot atkarības profilaksi, psihosociālo veselību un higiēnu).

Lekcijas un nodarbības Rīgas vispārizglītojošās izglītības iestādēs ir viens no veidiem, kā izglītot bērnus un jauniešus par veselības veicināšanu un slimību profilaksi.

Labklājības departaments piedāvā izglītošanu par veselības veicināšanu arī vecākiem (vecāku sapulču ietvaros) un izglītības iestāžu darbiniekiem (semināros).







# SATIKSME

ATPAKAĻ UZ  
SATURU



Rīgā un tās piepilsētu reģionā koncentrējas liels automobiļu skaits un braucienu apjoms, satiksmes intensitāte Rīgas ielās ir vairākkārt lielāka nekā vidēji valstī.

\* 2019. gada dati

## SAUSZEMES TRANSPORTS



Ceļu un ielu kopējais garums  
Rīgas pašvaldībā

**1203 km**

## RĪGĀ IR LIELA SATIKSMES INTENSITĀTE, TĀPĒC ARĪ LIELS CSNg SKAITS

Rīgā reģistrēto, fiziskām personām  
piederošo vieglo automobiļu skaits

2016. gadā **168 572**

2017. gadā **174 276**

2018. gadā **176 747**

2019. gadā **179 659**

## DZELZCEĻŠ



2019. gadā pārvadāti

**3,3** milj. pasažieru pilsētas ietvaros



Rīgā notiek

**48 %**

no visiem valstī  
notikušajiem CSNg



Rīgas satiksme



2019. gadā pārvadāti

**147,3** milj.  
pasažieru



**55**  
AUTOBUSU  
MARŠRUTI

Kopējais maršrutu  
tīkla garums

**904,9 km**



**18**  
TROLEJBUSU  
MARŠRUTI

Kopējais maršrutu  
tīkla garums

**170,7 km**



**8**  
TRAMVAJU  
MARŠRUTI

Kopējais maršrutu  
tīkla garums

**101,4 km**

## ESOŠIE UN PERSPEKTĪVIE VELOCEĻI RĪGĀ

Ar esošajiem un perspektīvajiem  
veloceļiem Rīgā var  
iepazīties šeit:



Veloinfrastruktūra Rīgā pakāpeniski tiek attīstīta,  
mēģinot rast iespējas velociņu savienojumu izveidei  
starp mikrorajoniem, kā arī uzlabot esošo velociņu kvalitāti.



Uzzināt vairāk

2018. gadā velociņu garums Rīgas pilsētā bija **71,4 km**

# DROŠĪBA UN KĀRTĪBA

ATPAKAĻ UZ  
SATURU

Drošība ir viena no galvenajām cilvēka pamatvajadzībām. Drošības jēdziens ietver daudzus faktorus, bet vieni no būtiskākajiem ir noziedzības līmenis un drošība uz ceļiem.

Rīgas pašvaldības policijas galvenais uzdevums ir miera, kārtības un drošības nodrošināšana.

## RĪGAS PAŠVALDĪBAS POLICIJAS PĀRVALDES

1. Rīgas pašvaldības policijas administrācija  
Lomonosova iela 12A, Rīgā, LV-1019  
Tālr.: 67 037 811
2. Rīgas pašvaldības policijas Latgales pārvalde  
Daugaupils iela 9, Rīgā, LV-1003  
Dežurdaļas tālr.: 67 181 125
3. Rīgas pašvaldības policijas Centra pārvalde  
Hanzas iela 7, Rīgā, LV-1045  
Dežurdaļas tālr.: 67 181 204
4. Rīgas pašvaldības policijas Vidzemes pārvalde  
Detlava Brantkalna iela 21, Rīgā, LV-1082  
Dežurdaļas tālr.: 67 181 371
5. Rīgas pašvaldības policijas Ziemeļu pārvalde  
Viestura prospekts 17/1, Rīgā, LV-1005  
Dežurdaļas tālr.: 67 105 706
6. Drošības uz ūdens un civilās aizsardzības pārvalde  
Viestura prospekts 17/1, Rīgā, LV-1005  
Tālr.: 67 105 719
7. Rīgas pašvaldības policijas Kurzemes pārvalde  
Spilves iela 25A, Rīgā, LV-1055  
Dežurdaļas tālr.: 67 181 580
8. Rīgas pašvaldības policijas Zemgales pārvalde  
Eduarda Smilģa iela 48, Rīgā, LV-1002  
Dežurdaļas tālr.: 67 181 421
9. Operatīvās vadības un drošības uzraudzības pārvalde  
Eduarda Smilģa iela 48, Rīgā, LV-1002  
Tālr.: 67 105 755
10. Rīgas pašvaldības policijas Kurzemes pārvaldes un Valsts policijas apvienotais iecirknis  
Stūrmaņu iela 33A, Rīgā, LV-1016  
Tālr.: 67 105 763
11. Rīgas pašvaldības policijas Bērnu likumpārkāpumu profilakses nodaļa  
Vizlas iela 1, Rīgā, LV-1063  
Tālr.: 67 012 693
12. Glābšanas stacija "Vakarbūļi"
13. Glābšanas postenis "Daugaugrīva"
14. Glābšanas stacija "Vecāķi"
15. Glābšanas stacija "Ķīsezers"
16. Glābšanas stacija "Rumbula"
17. Glābšanas postenis "Lucausala"
18. Glābšanas postenis "Ķīpsala"
19. Glābšanas postenis "Bābelītis"



Sabiedriskās kārtības un drošības uzraudzību pilsētas publiskajās vietās nodrošina ar **vairāk nekā 250 kamerām**.



Rīgas pašvaldības policija nodrošina sabiedrisko kārtību pie **186 izglītības iestādēm**.



Dienā vidēji **370** policijas darbinieki nodrošina sabiedrisko kārtību un iedzīvotāju drošību.

Uzzināt vairāk

## VIDĒJAIS POLICIJAS REAĢĒŠANAS LAIKS (ierašanās notikuma vietā)

NOTIKUMOS, KUROS IR  
APDRAUDĒTA CILVĒKU DZĪVĪBA,  
VESELĪBA UN MANTA



**9,25 min**

ĢIMENES KONFLIKTI UN  
NOTIKUMI, KUROS IR IESAISTĪTAS  
NEPILNGADĪGAS PERSONAS



**12,16 min**

TRANSPORTLĪDZEKĻU  
APSTĀŠANĀS UN STĀVĒŠANAS  
NOTEIKUMU PĀRKĀPUMI



**51,1 min**

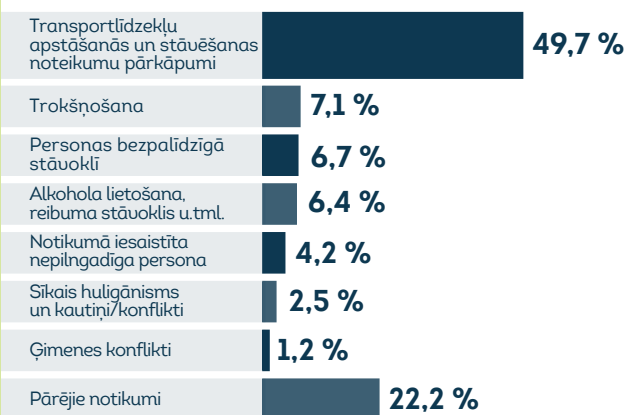
CITI  
PĀRKĀPUMI



**20,5 min**

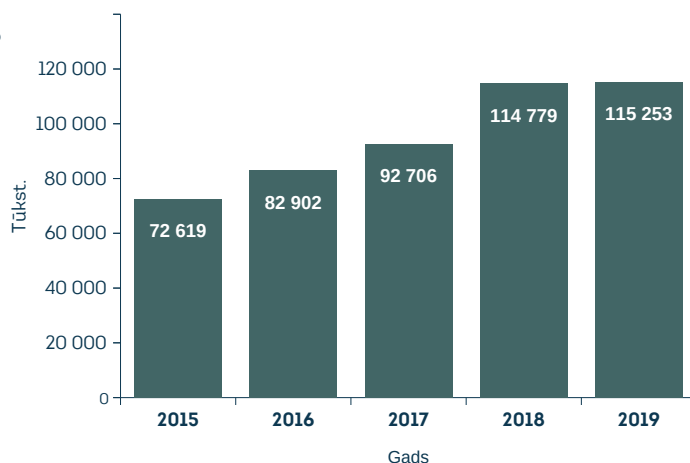
ATPAKAĻ UZ  
SATURU

### BIEŽĀKIE IZSAUKUMI



2019.g. dati

### POLICIJAS IZSAUKUMI



## KONTAKTINFORMĀCIJA



RĪGAS PAŠVALDĪBAS  
POLICIJA

Policija  
**110**

Anonīmais tālrunis  
**67 037 555**

Informācijas tālrunis tūristiem  
**67 181 818**

## MOBILĀ LIETOTNE

Mobilā lietotne, ar kuras starpniecību var operatīvi  
nodot informāciju pašvaldības policijai.



Lejupielādē lietotni  
"Rīgas pašvaldības policija"  
savā viedtālrunī

GET IT ON  
Google Play

Download on the  
App Store



«Veselīga pilsēta ir tāda, kas pastāvīgi rada un uzlabo fizisko un sociālo vidi, paplašinot tos kopienas resursus, kas ļauj cilvēkiem savstarpēji atbalstīt vienu otru, pildot visas dzīves funkcijas un attīstot viņu maksimālo potenciālu».

(Pasaules Veselības organizācija)

ATPAKAĻ UZ  
SATURU



RĪGAS DOMES  
LABKLĀJĪBAS  
DEPARTAMENTS



[www.veseligsridzinieks.lv](http://www.veseligsridzinieks.lv)



[veseligsridzinieks@riga.lv](mailto:veseligsridzinieks@riga.lv)



[veseligsridzinieks.lv](http://veseligsridzinieks.lv)



[veseligsridzinieks](https://www.instagram.com/veseligsridzinieks)



[Veselīgs Rīdzinieks](https://www.youtube.com/VeseligsRidzinieks)

#### Profilā izmantotās informācijas avoti:

Centrālā statistikas pārvalde  
Rīgas Domes Pilsētas attīstības departaments  
Rīgas Domes Mājokļa un vides departaments  
Rīgas pašvaldības policija  
Slimību profilakses un kontroles centrs  
SIA "Rīgas ūdens"  
SIA "Rīgas satiksme"