

**Rīgas valstspilsētas pašvaldības sabiedrības veselības politikas pamatnostādnes
2022. - 2027. gadam. 1.redakcija**

Rīga, 2022

SATURS

Saīsinājumu saraksts.....	3
Sabiedrības veselība pilsētas perspektīvā.....	4
Progress kopš iepriekšējās stratēģijas.....	10
PAMATNOSTĀDŅU koncepts	15
Sabiedrības veselības pamatnostādņu rīcības virzieni.....	16
5.1. Rīcības virzieni: dzīvotāju veselīga dzīvesveida veicināšana un slimību profilakse.....	16
5.2. Rīcības virzieni - Nevienlīdzībās mazināšana sabiedrības veselības jomā	23
5.3. Rīcības virziens - Veselīga pilsētvide.....	31
Nobeigums.....	43
1.Pielikums Rīgas iedzīvotāju veselība. Situācijas analīze.....	45
2. Pielikums Rīgas pašvaldības atbildīgās un līdzatbildīgās institūcijas Rīgas valstspilsētas pašvaldības sabiedrības veselības politikas pamatnostādņu Rīcības virzienu ietvaros noteikto uzdevumu īstenošanai.....	57
3. Pielikums. Rīgas Attīstība programmā 2022.-2027. gadam noteiktie sasniedzamie iedzīvotāju veselības rādītāji	63
4.Pielikums. Terminu skaidrojums	67
5.Pielikums. Izmantotā literatūra.....	70

SAĪSINĀJUMU SARAKSTS.

ANO	Apvienoto Nāciju Organizācija
AP2027	Rīgas Attīstības programmas 2022. – 2027. gadam
EK	Eiropas Komisija
ES	Eiropas Savienība
ESF	Eiropas Sociālais fonds
HBSC	Skolas vecuma bērnu veselību ietekmējošo paradumu pētījums (angl. Health Behaviour in School-aged Children)
HIV	Cilvēka imūndeficīta vīruss (angl. Human Immunodeficiency Virus)
NAP2027	Nacionālais attīstības plāns 2021.-2027. gadam
NVO	Nevalstiskās organizācijas
OECD	Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācija (angļu val. – Organisation for Economic Co-operation and Development)
PVO	Pasaules Veselības organizācija
RD	Rīgas dome
RSD	Rīgas Sociālais dienests
SPKC	Slimību profilakses un kontroles centrs
VM	Veselības ministrija

SABIEDRĪBAS VESELĪBA PILSĒTAS PERSPEKTĪVĀ.

Rīgas valstspilsētas pašvaldības Sabiedrības veselības politikas pamatnostādnes 2022. - 2027. gadam ir sekojošs dokuments [Rīgas pilsētas pašvaldības Sabiedrības veselības stratēģijai 2012. - 2021. gadam “Veselīgs rīdzinieks – veselā Rīgā”](#) (Rīgas domes 12.05.2014 lēmums Nr.4649), kas ietver vienādus pamatprincipus, vērtības un ir izstrādāts, lai nodrošinātu mērķtiecīgu ilgtermiņa visas pašvaldības darbu iedzīvotāju veselības uzlabošanā.[1] Rīgas valstspilsētas pašvaldības Sabiedrības veselības politikas pamatnostādnes 2022. - 2027. gadam (turpmāk- Sabiedrības veselības pamatnostādnes) iezīmē redzējumu, kā uzlabot Rīgas valstspilsētas pašvaldības iedzīvotāju veselību, identificējot galvenās sabiedrības veselības problēmas un nosakot prioritātes un stratēģiskos darbības virzienus. Pamatnostādnes ir dokuments, kas pakārtots [Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģijai līdz 2030.gadam](#), kuras nākotnes vīzija paredz, ka 2030. gadā *“Rīdzinieki ir veseli un aktīvi. Rīgas iedzīvotāji ir atbildīgi – ir palielinājusies iedzīvotāju atbildības sajūta par savu veselību un saviem ģimenes locekļiem. Veselīgs dzīvesveids ir kļuvis par rīdzinieka ikdienas būtisku sastāvdaļu. Pilsētnieki izmanto iespēju aktīvi atpūsties un sportot pilsētas parkos, mežos, sporta centros, uz un pie ūdeņiem”*. [2] Savukārt Rīgas Attīstības programmas 2022. – 2027. gadam (turpmāk - AP2027)

7. prioritātes **“Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta”** 9. uzdevums paredz *“Īstenot starpinstitucionālu, uz pierādījumiem balstītu sabiedrības veselības politiku. Veicināt pieeju “veselība visās politikās” un vienlīdzīgas veselības iespējas visiem Rīgas iedzīvotājiem, plānot un īstenot uz pierādījumiem balstītu sabiedrības veselības veicināšanas un slimību profilakses politiku. Izglītot rīdziniekus sabiedrības veselības jautājumos un par tās nozīmi ikviena dzīvē, nodrošināt veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumu pieejamību pēc iespējas lielākam iedzīvotāju skaitam tuvāk viņu dzīvesvietai.”* [3] Lai izvērtētu iepriekš minētā uzdevuma izpildi, Rīgas Attīstības programmā 2022. - 2027. gadam (turpmāk – AP2027) ir norādīti **sabiedrības veselības rādītāji** ar bāzes un mērķa vērtībām 2027. gadam (skat. 2. pielikums). Ņemot vērā, ka sabiedrības veselība ir saistīta ar daudzām nozarēm, sabiedrības veselības pamatnostādnēs tiek izvērtētas arī citu Rīgas AP2027 prioritāšu, uzdevumu sasaistes ar to. Sabiedrības veselības pamatnostādnes nosaka nākotnes darbības virzienus, ņemot vērā esošās sabiedrības veselības situācijas raksturojumu, gan nacionālās un starptautiskās tendences. **Sabiedrības veselības pamatnostādņu noteikto rīcību un uzdevumu sasniegšanai īstenotās aktivitātes tiek ietvertas [AP2027 Rīcības un Investīciju plānā](#) (notiek ikgadēja aktualizācija), kā arī iestāžu ikgadējos darba plānos.**

Sabiedrības veselības pamatnostādņu mērķis ir:

Veicināt iedzīvotāju veselību ilgtspējīgā un iekļaujošā pilsētā.

Lai sasniegtu šo mērķi, tiek izvirzītas sekojošas trīs rīcības:

1. Iedzīvotāju veselīga dzīvesveida veicināšana un slimību profilakse.

2. Nevienlīdzības mazināšana sabiedrības veselības jomā, saskaņā ar principu “Neatstāt nevienu novārtā”.

3. Veselīga pilsētvide.

Lai sasniegtu Rīgas valstspilsētas pašvaldības sabiedrības veselības politikas mērķi, tiek izvirzīti sekojoši **apakšmērķi**:

1. Veicināt iedzīvotāju iespēju saglabāt un uzlabot savu veselības potenciālu, samazinot neinfekcijas un infekciju slimību riska faktoru un traumatisma negatīvo ietekmi, paaugstinot veselībratības līmeni sabiedrībā, investējot veselības veicināšanā un slimību profilaksē un īstenojot veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumus.
2. Mazināt nevienlīdzību veselībā un sociālo atstumtību, veicinot vienlīdzīgu un iekļaujošu iespēju radīšanu veselības veicināšanai, psihosociāliem atbalsta pasākumiem un veselības aprūpes pieejamībai.
3. Attīstīt uz iedzīvotāju labklājību un veselību vērstu pilsētvidi, īstenojot pieeju “veselība visās politikās”. Veidot drošu, iekļaujošu, ilgtspējīgu un klimata pārmaiņām pielāgotu vidi.

Pasaules Veselības organizācijas (turpmāk - PVO) veselības definīcija – “veselība ir pilnīga fiziska, garīga un sociāla labklājība, nevis tikai stāvoklis bez slimībām vai fiziskiem trūkumiem” nav mainījies kopš 1948. gada. [4] Tomēr arvien vairāk veselības jēdziens kļūst visaptverošāks, dinamiskāks, un arvien lielāku lomu iedzīvotāju veselības veicināšanā nosaka pilsētvide, kur būtiska loma ir tās plānošanai, transportam, mobilitātei, rekreācijas zonām, sniedzot iedzīvotājiem ne tikai zināšanas un prasmes, bet arī uzlabojot pilsētvidi veselīga dzīvesveida veicināšanai. **Jaunie izaicinājumi** – klimata pārmaiņas un noteiktais Eiropas zaļais kurss norāda uz to, ka jāvērs plašāks skats uz sabiedrības veselību un jāīsteno starpnozaru sadarbība, īstenojot principu “veselība visās politikās”. [5] Joprojām aktuāla ir veselības nevienlīdzība, kas ir jārisina plašā sociālā kontekstā, ņemot vērā dzīvesvides u.c. faktorus. Paredzams, ka līdz 2050. gadam 68% pasaules iedzīvotāju dzīvos pilsētās, kas arvien biežāk raisa diskusiju par ilgtspējības attīstības problēmām, piemēram, attiecībā uz mājokli, infrastruktūru, veselību, dabas resursiem u.c. **Pilsētu un teritoriju plānošanai** ir būtiska ietekme uz pilsētas iedzīvotāju veselību un labklājību, jo pilsētu īstentās politikas ietekmē gaisa kvalitāti, pilsētvides kvalitāti, dzeramā ūdens kvalitāti, mobilitāti, veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību u.c. Lēmumi, kas tiek pieņemti pilsētu plānošanā, var veicināt pilsētvides attīstību, veicināt iedzīvotāju veselīgu dzīvesveidu vai tieši pretēji var palielināt veselības riskus.

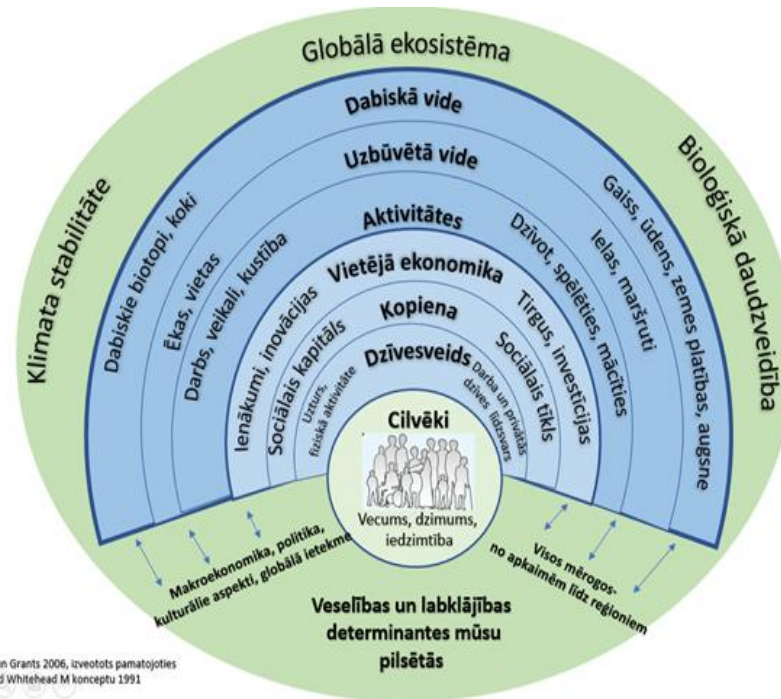
Pilsētas ar savu politiku un īstenotajām aktivitātēm var samazināt dažādu slimību izplatību un ar to saistītās izmaksas - sākot no sirds un asinsvadu slimībām, līdz infekciju slimībām, vienlaicīgi mazinot veselības nevienlīdzības risku visvairāk pakļautajām grupām, piemēram, bērniem, veciem cilvēkiem, sievietēm, cilvēkiem ar invaliditāti un personām ar zemiem ienākumiem. Veselības aspekta iekļaušana pilsētas plānošanā ir viens no indikatoriem, kas norāda uz ilgtermiņa pilsētas attīstību. [6;7;8;9;10]

Saskaņā ar PVO noteikto – *“Jebkuras pilsētas vissvarīgākā vērtība ir tās iedzīvotāju veselība, kas ir būtiska, produktīva darbaspēka veidošanai, elastīgas un dinamiskas sabiedrības radīšanai, mobilitātes veicināšanai, sociālās mijiedarbības veicināšanai un mazāk aizsargāto iedzīvotāju aizsardzībai.”* Pilsētas, piedāvājot veselību veicinošu vidi un koordinētu atbalstu veselīgam dzīvesveidam, var nodrošināt, ka iedzīvotāji ir ne tikai veselīgāki un laimīgāki, bet arī darbaspējīgāki, tādējādi veicinot pilsētas ekonomisko attīstību. Līdz ar to ir būtiski apzināties, ka pilsētas iedzīvotāju veselība ir vērtība un investīcijas tajā ir ilgtermiņa ieguldījums visā sabiedrības attīstībā. [6;11]

Cilvēka veselību ietekmē daudzi faktori jeb *determinantes* (skat. 1. attēlu), tie ir ne tikai individuāli raksturlielumi kā vecums, dzimums, iedzimtība, bet arī lielā mērā fiziskās un sociālās determinantes. Būtiski sociālie aspekti ir izglītība, ienākumu līmenis,

nodarbinātība, apkārtējie sociālie kontakti (ģimene, draugi, vietējā kopiena), savukārt kā būtiskus vides faktoros var minēt atpūtas un rekreācijas vietu pieejamību, infrastruktūru, drošību, pakalpojumu pieejamību, vides piesārņojumu u.c. Kā arī pēdējos gados arvien aktuālāki kļūst klimata stabilitātes un bioloģiskās daudzveidības jautājumi, kas var ietekmēt katru iedzīvotāju, piemēram, karstuma viļņu veidā. Skatoties pilsētas kontekstā sabiedrības veselība nevar tikt plānota atrauti no pilsētvides plānošanas vai sociāla rakstura jautājumiem, līdz ar to jāskatās kompleksi, nozarēm vienai otru papildinot. Sabiedrības veselības izaicinājumi kā iedzīvotāju novecošanās jautājums, hronisko slimību pieaugums, aptaukošanās un garīgās veselības jautājumi ir jārisina ar ilgtermiņa risinājumiem un starpsektoru sadarbību.[6;8]

1.attēls Cilvēka veselību ietekmē daudzi faktori



[Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādņu 2021. - 2027. gadam](#) viens no pamatprincipiem ir “**Veselības visu nozaru politikās**”, kas nosaka, ka “*visi politiskie, ekonomiskie un citi lēmumi lielākā vai mazākā mērā ietekmē personas un sabiedrības veselību.*” Ietekmes uz veselību novērtēšanai jābūt daļai no lēmumu pieņemšanas visu sektoru politiku plānošanā. Visas nozares, institūcijas un organizācijas ir līdzatbildīgas sabiedrības veselības saglabāšanā un uzlabošanā, un tas ir pamats līdzsvarotai vides, sociālās un ekonomiskās politikas attīstībai.[12] Jāveicina nozaru izpratne gan par veselības jautājumiem

un līdzatbildības lomu tajā, gan jāveicina izpratne par to, kā veselība ietekmē citas nozares. [13] It īpaši būtiska loma principa “veselība visās politikās” ieviešanā ir pašvaldībām, jo tās labi pārziņ savu iedzīvotāju vajadzības, var tās ietekmēt, gan arī to pieņemtie lēmumi tieši vai netieši ietekmē iedzīvotāju veselību. Plānojot un pieņemot lēmumus, ietekmes uz veselību novērtējums būtu integrēti jāiekļauj visām iesaistītajām nozarēm. Pieeja “veselība visās politikās” īstenošana ir būtiska pašvaldības lēmumpieņemšanas procesā, lai sasniegtu nospraustos Apvienoto Nāciju Organizācija (turpmāk - ANO) Ilgtspējīgas attīstības mērķu sabiedrības veselības uzlabošanai.[14;15;16]

2015. gadā ANO Ģenerālajā asamblejā pieņēma rezolūciju un noteica **17 Ilgtspējīgas attīstības mērķus** (IAM), kas sasniedzami, lai pasaulē mazinātos nabadzība un pasaules attīstība būtu ilgtspējīga. 11. ANO Ilgtermiņa attīstības mērķis ir īpaši vērsts uz **ilgtspējīgu pilsētu un kopienu** veidošanu, padarot pilsētas iekļaujošas, drošas un noturīgas.[6;17] Savukārt 3. mērķis nosaka – “**Nodrošināt veselīgu dzīvi un sekmēt labklājību jebkura vecuma cilvēkiem**”. Saskaņā ar PVO, veselība un labklājība visiem un visā dzīves garumā, kā arī veselības determinantes ir ilgtspējības attīstības mērķu centrālais virzītājspēks.[7] Attēlā Nr.2 ir redzami ar veselīgu pilsētu saistītie Ilgtspējīgas attīstības mērķi. [18;19;17;8]

2. Attēls. Veselīgas pilsēta un Ilgtspējīgas attīstības mērķi.[19]

Veselīgas pilsētas - pamats Ilgtspējīgas attīstības mērķu sasniegšanai.

Pilsētās īstenotās darbības, var veicināt progresu vairāku IAM sasniegšanai.



- ✓ Samazināt gaisa piesārņojumu (IAM 3.9 un 11.6)
- ✓ Samazināt neinfekciju slimības un ar to saistītos riska faktorus kā aptaukošanās (IAM 3.4)
- ✓ Publiskā transporta pieejamība, īpašu uzmanību pievēršot sievietēm, bērniem, personām ar invaliditāti un vecākām personām (IAM 11.2)
- ✓ Sanitārija un atkritumi (IAM 3.9 un 11.6)
- ✓ Vienlīdzība (IAM 10)
- ✓ Piekļuve drošām publiskajām un zaļajām zonām, īpašu uzmanību pievēršot sievietēm, bērniem, personām ar invaliditāti un vecākām personām (IAM 11.2)
- ✓ Klimata joma – klimatnoturība (IAM 13)

Saskaņā ar Rīgas Attīstības programmu 2022. – 2027. gadam, ilgtspējīga attīstība ir *“līdzsvarota attīstība, kas atbilst mūsdienai*

vajadzībām, apmierina iedzīvotāju pašreizējās sociālās un ekonomiskās vajadzības, veicina sabiedrības labklājību un nodrošina vides prasību ievērošanu, neapdraudot nākamo paaudžu vajadzību nodrošināšanu”. Savukārt ar PVO uzsver, ka ilgtspējīga attīstība nav tikai “zaļās politikas” īstenošana, kas attiecas uz ilgtspējīgu vides izmantošanu, bet arī attīstība, kura sniedz ieguvumus veselībai un labklājībai. [3;20].

Ilgtspējīgai attīstībai ir būtiskas politikas, kuras vienlaicīgi sniedz ieguvumu gan videi, gan veselībai un citiem sektoriem. Kā labs piemērs ir Rīgas pašvaldības dalība Eiropas Savienības programmas “Apvārsnis 2020” projektā Starpnozaru pētījumi veselības un vides jomā inovāciju attīstībai” (INHERIT-Intersectoral Health and Environment Research for Innovation), kuras viens no mērķiem bija meklēt un īstenot iniciatīvas ar “trīskārtēju ieguvumu”, kuras aizsargā apkārtējo vidi, uzlabo veselību un veicina sabiedrības vienlīdzību. Šādas inovatīvas starpsektoru sadarbības ir pamatakmens ilgtspējīgai attīstībai. [20;21]

PVO definējusi **Veselīgu pilsētu kā procesu**, nevis rezultātu. Veselīga pilsēta ir tāda, kura pastāvīgi veido un uzlabo tās fizisko un sociālo vidi un izmanto savus resursus tādā veidā, kas sniedz iespēju cilvēkiem atbalstīt vienu otru, maksimāli izmantojot sniegtās iespējas. Tās mērķis ir panākt arvien labāku pilsētas iedzīvotāju veselību un saskaņā ar PVO konstitūcijā deklarētajām vērtībām –

“Katra cilvēka pamattiesības ir sasniegt iespējami augstāko veselības līmeni”. [13;22] 2018. gadā Rīgas pilsēta kā PVO Eiropas Veselīgā pilsētu tīkla dalībpiilsēta izteica atbalstu **PVO Eiropas Veselīgo pilsētu tīkla mēru Kopenhāgenas vienošanās dokumentam (angl. “Copenhagen Consensus of Mayors. Healthier and happier cities for all”)**. Vienošanās iekļauj galvenos principus, uz kuriem būs jābalstās PVO Veselīgo pilsētu un Nacionālo veselīgo pašvaldību tīklu kustībai līdz 2030. gadam, saskaņā ar Apvienoto Nāciju Organizācijas Ilgtspējīgas attīstības programmu 2030. gadam:

- *“Mēs apņemamies kopīgi rīkoties, lai **uzlabotu mūsu pilsētu iedzīvotāju veselību un labklājību, kas tajās dzīvo, mīl, mācās, strādā un izklaidējas.***
- ***Veselīgā pilsēta ir piemērs, kā sabiedrības attīstībā likt uzsvaru uz cilvēku un par prioritāti noteikt ieguldījumus cilvēkos, lai, rodot vairāk iespēju, palielinātu vienlīdzību un iekļaušanu.***
- *Veselīga pilsēta ir piemērs, kā **saskaņot sociālo, fizisko un kultūras vidi, lai izveidotu vietu, kas ir atvērta un aktīvi veicina veselību un labklājību visiem.***
- *Veselīga pilsēta rāda piemēru, nodrošinot **visu personu un kopienu līdzdalību** tādu lēmumu pieņemšanā, kas ietekmē šīs personas vai kopienas un vietas, kur tās dzīvo, mācās, strādā, mīl un izklaidējas.*
- *Veselīga pilsēta ir piemērs, kā palielināt kopienu labklājību un **veicināt pieejamību** kopējam labumam un pakalpojumiem, izmantojot uz vērtībām balstītu pārvaldību.*
- *Veselīga pilsēta ir piemērs, kā veicināt mieru ar tādas atvērtas sabiedrības palīdzību, kura visu politiku un **rīcību centrā liek cilvēku, pievēršot uzmanību dzīves vietām, sabiedrības līdzdalībai, labklājībai un visai planētai.***

- *Veselīga pilsēta ir piemērs, kā nodrošināt, ka **planētas aizsardzība** ir pilsētas iekšējās un ārējās stratēģiskās rīcības centrā.*
- *Mēs apņemamies rīkoties kopā ar citām pilsētām PVO Eiropas reģionā un citviet pasaulē, domājot par cilvēkiem, līdzdalību, labklājību, planētu, vietām un mieru, **lai panāktu veselību un labklājību visiem** un izpildītu neatliekamās un pārveidojošās programmas 2030. gadam prasības.” [23;24]*

Covid-19 pandēmija ir likusi apzināties sabiedrības veselības nozīmi vēlreiz atgādinot, ka iedzīvotāju veselība ir neaizvietojaama vērtība. Covid-19 pandēmijas laikā pilsētas bija vienas no tām, kuras krīzi izjuta visvairāk - ar augstu inficēšanās līmeni un samazinātu ekonomisko aktivitāti. Pandēmija jau pastiprināja esošās nevienlīdzības sabiedrībā, vēl vairāk uzsverot pašvaldību lomu šādās krīzēs, jo tās ir iesaistītas pakalpojumu sniegšanā, infrastruktūru nodrošināšanā un iedzīvotāju mobilizācijā. Rīgas valstspilsētas pašvaldība, kā daudzas citas, tika iesaistīta arī vakcinācijas nodrošināšanā iedzīvotājiem, piedaloties procesu koordinācijā, veidojot vakcinācijas centrus pašvaldības teritorijā. Esošie pandēmijas izaicinājumi ir likuši pārvērtēt gan pilsētas sabiedriskā transporta darbību, gan izvērtēt zaļo un atpūtas zonu pietiekamību un veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību. Covid-19 pandēmijas apstākļi liek vēl jo vairāk domāt par veselības sistēmu noturību krīzes situāciju laikā (epidēmijas, ekonomikas krīzes, vides katastrofu). Saskaņā ar ANO organizācijas politikas vadlīnijām par pilsētu attīstību Covid-19 ietekmē, gan pandēmijas laikā, gan

atgūstoties no tās jādoma par nevienlīdzības aspektiem, jāstiprina vietvaru kapacitāte un jāveicina zaļa, noturīga un iekļaujoša ekonomikas atveseļošanās.[28;29;30]

Covid-19 pandēmija ir pievērsusi visu pasaules uzmanību infekciju slimībām, tomēr joprojām būtiska ir neinfekciju slimību, piemēram, sirds un asinsvadu slimību un onkoloģisko slimību izplatība. Eiropas Savienības jaunā rīcības programmā “ES - veselībai” īpašu uzmanību velta ne tikai gatavībai krīzes situācijām un veselības aprūpes sistēmu noturībai, bet arī onkoloģijas profilaksei. Saskaņā ar aprēķiniem, ja situācija netiks uzlabota, tad jau 2035. gadā ļaundabīgie audzēji kļūs par vadošo nāves cēloni Eiropā. Programmā ir uzsvērts, ka gan hronisko slimību, gan vēža profilaksē ir būtiski mazināt tādus riska faktorus kā nepilnvērtīgs uzturs, mazkustīgs dzīvesveids, aptaukošanās, tabakas un pārmērīga alkohola lietošana. Veselīga dzīvesveida un iedzīvotāju veselībratības veicināšanai, sniedzot iedzīvotājiem zināšanas par vēža attīstības riska faktoriem un veselības determinantēm, ir nozīmīgā loma ļaundabīgo audzēju profilaksē. Savukārt demogrāfiskās izmaiņas, t.sk. novecojošā sabiedrība, liek vairāk pievērst uzmanību ar vecumu saistītām slimībām un veselības traucējumiem, sociālās atstumtības riskiem, kā arī veidot gados vecākiem cilvēkiem pielāgotu infrastruktūru. [6;25;26;27]

PROGRESS KOPŠ IEPRIEKŠĒJĀS STRATĒGIJAS

Saskaņā ar likuma “Par pašvaldībām” 15. panta 6. punktu pašvaldībām ir noteikta autonoma funkcija – nodrošināt veselības aprūpes pieejamību, kā arī veicināt iedzīvotāju veselīgu dzīvesveidu un sportu.[31] Kopš iepriekšējās Rīgas pilsētas pašvaldības sabiedrības veselības politikas plānošanas dokumenta perioda sākuma 2012. gadā ir ne tikai palielinājusies pašvaldību lomas veselības veicināšanā, bet arī nacionālā līmenī ir īstenotas vairākas programmas un informatīvas kampaņas un īstenoti pasākumi Eiropas Savienības fondu finansēti projekti vietējās sabiedrības veselības veicināšanai.

Veselības veicināšanas jomā pēdējo gadu laikā arvien vairāk attīstījušies digitālie, tiešsaistes pakalpojumi, tādejādi veicinot arī digitālo veselībratību. Rīgas domes Labklājības departaments ir izveidojis interneta mājaslapu par veselības veicināšanas tēmām un veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību Rīgā – **www.veseligrizinieks.lv**. Mājas lapā ir publicētas sadaļas par ģimenes veselību, veselīgu uzturu, fiziskajām aktivitātēm un drošības jautājumiem, infekciju slimību profilaksi, garīgo veselību, atkarību profilaksi un veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību. Iedzīvotāji mājas lapā var uzzināt par Rīgas pašvaldības kompetenci sabiedrības veselības jomā un dažādiem projektiem. Tāpat mājas lapā tiek publicēti informatīvi izglītojoši raksti ar speciālistu komentāriem un

ieteikumiem par dažādām tēmām, piemēram, drošību internetā, kritisko domāšanu, sievietes uzturu zīdīšanas laikā, HIV profilaksi, traumatismu, kā arī informācija par semināriem un citiem aktuāliem pasākumiem sabiedrības veselības un labklājības jomā. Visvairāk mājaslapa tika apmeklēta 2019. gadā, sasniedzot 116 145 apmeklējumus. Savukārt 2020. gadā, saistībā ar Covid-19 pandēmiju, mājas lapas apmeklētāju skaits saruka, tomēr tāpat sasniedza 101 668 skatījumus.[32;33]

2017. gadā Rīgas pašvaldība saņēma Eiropas Sociālā fonda finansējumu un dome pilnvaroja Rīgas domes Labklājības departamentu īstenot **Eiropas Sociālā fonda finansētu projektu “Mēs par veselīgu Rīgu!”**. Projekta mērķis ir uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem iedzīvotājiem, īpaši teritoriālās, nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajām personām, Rīgas pilsētas pašvaldības teritorijā, īstenojot vietēja mēroga, visaptverošus, sabiedrību piesaistošus un aktīvus fiziskās, garīgās un sociālās veselības veicināšanas pasākumus. Projekta īstenošanas pirmajos 3 gados (2017. gads - 2020. gads) sasniegtas 45 964 unikālās personas, savukārt projekta nākamajos 3 īstenošanas gados (2020. gads – 2023. gads), plānots noorganizēt 12 751 pasākumu vienības. Projekta ietvaros ikvienam ir iespēja bez maksas piedalīties daudzveidīgos veselības veicināšanas pasākumos – izglītojošās lekcijās, vingrošanas un nūjošanas nodarbībās, nometnēs

un citos pasākumos, kurus vada attiecīgo jomu speciālisti. Šim projektam un tā finansējumam ir bijusi būtiska loma, lai varētu nodrošināt pakalpojumu pieejamību, īstenojot tos pilsētas apkaimēs, iespējami tuvāk iedzīvotāju dzīvesvietai.[34]

Starptautiskā sadarbībā ir notikuši vairāki nozīmīgi notikumi. Kā vienu no būtiskākajiem jāmin 2014. gadu, kurā Rīga kļuva ne vien par Eiropas kultūras galvaspilsētu, bet arī tika uzņemta **PVO Eiropas veselīgo pilsētu tīklā**. Eiropas veselīgās pilsētas ir PVO programma, kur tā sadarbojas ar pilsētām veselības veicināšanas jautājumu risināšanai. Programma koncentrējas arī uz veselības iekļaušanu politisko un sociālo jautājumu darba kārtībā, kā arī uz sabiedrības veselības stiprināšanu lokālā līmenī. Tā uzsver vienlīdzību veselības jautājumos, vietējo pārvaldes līdzdarbību, solidaritāti, starpsektoru sadarbību un nepieciešamību pēc darbībām, kas vērstas uz veselību nelabvēlīgi ietekmējošo faktoru novēršanu. Iepriekš minēto veido trīs pamatelementi - politiskā apņemšanās un kopējā vīzija; plaša ieinteresēto dalībnieku iesaistīšana; un stratēģijas izstrāde vietējās pašvaldības ietvaros (pilsētas sabiedrības veselības plāns). Jāpiemin, ka Rīgas pašvaldība kopš 2013. gada oktobra ir to pilsētu vidū, kuras ir **Latvijas Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla** dalībnieces. Nacionālais veselīgo pilsētu tīkls tika izveidots, lai atbalstītu un veicinātu pašvaldību darbību iedzīvotāju veselības veicināšanā, kā arī sekmētu Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādņēs 2011. – 2017.

gadam uzstādīto mērķu sasniegšanu.[32;22]

2012. gadā tika izveidota Rīgas pilsētas pašvaldības Veselības padome, kuras mērķis ir uzraudzīt un novērtēt Rīgas pilsētas pašvaldības Sabiedrības veselības stratēģijas “Veselīgs rīdzinieks – veselā Rīgā” 2012. - 2021.gadam ieviešanu. Veselības padome piedalījās Rīgas pilsētas pašvaldības sabiedrības veselības un veselības veicināšanas politikas veidošanā un īstenošanā, kā arī sekmēja informācijas apmaiņu un sadarbību starp Rīgas domes departamentiem, pašvaldības iestādēm, kapitālsabiedrībām u.c.institūcijām.

Savukārt, 2014. gadā Rīgas domes Labklājības departaments tika uzņemts **Veselības veicināšanas Eiropas sadarbības tīklā (EuroHealthNet)**, kas apvieno organizācijas un iestādes, kas darbojas sabiedrības veselības, slimību profilakses, veselības veicināšanas un nevienlīdzības samazināšanas jomās. Daļība tīklā radīja iespēju būt partnerim Eiropas Savienības programmas “Apvārsnis 2020” (Horizon 2020) finansētā projektā Starpnozarju pētījumi veselības un vides jomā inovāciju attīstībai” (INHERIT-Intersectoral Health and Environment Research for Innovation), kā arī piedalīties vairākos pieredzes apmaiņas semināros un darba grupās.[35;36]

Būtiski, ka 2015. gada 15. oktobrī Rīga bija viena no 116 pilsētām, kuru pārstāvji vienlaicīgi parakstīja Milānas Pilsētu pārtikas politikas paktu – līgumu ar apņemšanos attīstīt pārtikas politikas virzienus un ilgtspējīgas pārtikas sistēmas, kas ir iekļaujošas, elastīgas,

drošas un daudzveidīgas, nodrošina veselīgu un pieejamu pārtiku visiem cilvēkiem uz cilvēktiesībām pamatotā struktūrā, samazina atkritumus un saglabā bioloģisko daudzveidību, vienlaikus pielāgojoties klimata pārmaiņu ietekmei un mazinot to.[37]

Analizējot pārskata “2019. gada pārskats par Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģijas līdz 2030. gadam un Rīgas attīstības programmas 2014.–2020.gadam ieviešanu” gala atskaites sabiedrības veselības rādītājus (skat. 1.tabula) “RV6 Uz preventīvu darbību vērsta veselības aprūpe”, redzams, ka vairākiem rādītājiem ir pozitīva tendence, piemēram, potenciāli zaudētie mūža gadi (*gadi, kurus cilvēks būtu nodzīvojis līdz kādam noteiktam vecumam, ja nebūtu miris nelaiemes gadījumā, kādas slimības vai cita iemesla dēļ*) un nāves gadījumu skaits, kuru cēlonis ir sirds un asinsvadu slimības.[38] Savukārt, negatīvi rādītājs pret iepriekšējo gadu ir iedzīvotāju viedoklis par primārās veselības aprūpes ārstu kvalitāti un pieejamību.

Rīgas domes Labklājības departaments Sabiedrības veselības stratēģijas “Veselīgs rīdzinieks – veselā Rīgā” 2012. – 2021. gadam izvērtēšanai piesaistīja ārējo sabiedrības veselības nozares ekspertu. **Sabiedrības veselības speciālistes, Dr.med., mg.sc.sal. Laumas Sprinģes Sabiedrības veselības stratēģijas “Veselīgs rīdzinieks – veselā Rīgā” 2012. – 2021. gadam izvērtējums:**

Rīgas pilsētas pašvaldības Sabiedrības veselības stratēģijas “Veselīgs rīdzinieks – veselā Rīgā” 2012. – 2021. gadam mērķis bija uzlabot Rīgas iedzīvotāju veselības stāvokli un mazināt priekšlaicīgas nāves gadījumu skaitu. Savukārt demogrāfiskās slodzes rādītāji visā periodā saglabājās augsti, kas veido augstu slogu pašvaldības sociālās un veselības aprūpes nozarēm. Neraugoties uz augsto demogrāfiskās slodzes rādītāju un populācijas novecošanos, Rīgas iedzīvotāju neinfekcijas slimību rādītāju tendences kopumā bijušas pozitīvas un lielākā daļa stratēģijā izvirzīto rādītāju ir sasniegti.

Veselības veicināšanas būtisks priekšnoteikums ir zinoši un prasmīgi iedzīvotāji, kuri spēj uzņemties lielāku kontroli pār savu veselību ietekmējošajiem faktoriem. Rīgas pilsētā īstenots ļoti plašs izglītojošais

darbs par veselības jomas tēmām un nodrošinātas veselību veicinošās nodarbības dažādām pašvaldības mērķa grupām. Informācija par iedzīvotājiem pieejamām veselības veicināšanas aktivitātēm aktīvi izplatīta Rīgas domes Labklājības departamenta uzturētajā mājaslapā www.veseligsridzinieks.lv. 2014. gadā Rīga ir ieguvusi PVO Veselīgās pilsētas statusu. Dalība PVO Veselīgo pilsētu tīklā un citos starptautiska un nacionālā mēroga veselību veicinošos sadarbības tīklos apliecina Rīgas pilsētas pašvaldības atbilstību veselības politikas dokumentos izvirzītajiem mērķiem un vērtībām.

Stratēģijas īstenošanas periodā Rīgā novērots iedzīvotāju skaita samazinājums, tomēr tas bija proporcionāli mazāks salīdzinājumā ar Latvijas iedzīvotāju skaita samazinājumu.

1. tabula 2019. gada pārskata par Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģijas līdz 2030. gadam un Rīgas attīstības programmas 2014.–2020.gadam ieviešanu gala atskaites sabiedrības veselības rādītāji. [38]

	Rādītājs	Gads/vērtība	Tendence pret iepriekšējo gadu	Avots
6.1.	Potenciāli zaudētie mūža gadi, uz 100 000 iedz.	2011 2016 2017 2018 2019 6 140 5 282 5 569 4834 4591	↓	SPKC
6.2.	Veselīgi nodzīvotie dzīves gadi sievietes vīrieši	2011 2016 2017 2018 56,7 54,9 52,2 53,7 53,7 52,3 50,6 51,0	↑ →	Eurostat (dati par Latviju) Paredzamais gadu skaits, kas tiks nodzīvoti veselīgi (bez funkcionāliem/aktivitātes ierobežojumiem)
6.3.	Vidējais reģistrēto pacientu skaits uz 1 primārās veselības aprūpes ārstu	2011 2016 2017 2018 2019 1 565 1 575 1 565 1 576 1 581	→	RD LD/NVD
6.4	iedzīvotāju pozitīvs vērtējums par primārās veselības aprūpes ārstu (t.sk. ģimenes ārstu) kvalitāti, %	2012 2016 2017 2018 2019 64,8 74,1 - 65,8 61,6	↓	Regulāra vienotā socioloģiskā aptauja
6.5	iedzīvotāju pozitīvs vērtējums par primārās veselības aprūpes ārstu (t.sk. ģimenes ārstu) pieejamību, %	2012 2016 2017 2018 2019 65 71,4 - 63,4 61,6	↓	Regulāra vienotā socioloģiskā aptauja
6.6	Vidējais valsts apmaksāto veselības aprūpes iestāžu un aptieku pieejamības un pieejamības kvalitātes vērtējums	2012 2016 2019 1,9 1,4 1,9	↑	Ekspertu veikts pētījums reizi četros gados 0 – pakalpojums netiek nodrošināts vispār, bet 4 – pakalpojums nodrošināts atbilstošā apjomā un kvalitātē

6.7	Pirmreizēji reģistrēto personu skaits, kurām diagnosticēta saslīkstība ar psihoaktīvo vielu atkarību (izņemot alkoholu), uz 100 000 iedz.	2012 2016 2017 2018 2019 10 16,7 13,3 11,6 9,2	↓	SPKC* Metodoloģijas izmaiņu dēļ sākot ar 2013.gadu, statistiskie dati nav salīdzināmi ar iepriekšējiem gadiem
6.8	Pirmreizēji reģistrēto personu skaits, kurām diagnosticēta alkohola atkarība, uz 100 000 iedzīvotāji	2012 2016 2017 2018 2019 82,0 59,3 59,1 31,3 33,8	↑	SPKC
6.9	Ikgadējais HIV gadījumu skaits, uz visiem Rīgas iedzīvotājiem	2013 2016 2017 2018 2019 193 206 211 180 149	↓	SPKC
6.10	nāves gadījumi, kuru cēlonis ir asinsrites (sirds un asinsvadu) slimības, uz 100 000 iedz.	2011 2016 2017 2018 2019 707,7 733,0 741,9 733,4 694,1	↓	SPKC

PAMATNOSTĀŅU KONCEPTS

Sabiedrības veselības pamatnostādnes ir pakārtotas Rīgas pilsētas Attīstības programmai 2022. - 2027. gadam un tajā noteiktajām prioritātēm, uzsverot ne tikai 7. prioritātes “Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta”, bet arī pārējo prioritāšu nozīmi sabiedrības veselības politikas īstenošanā Rīgas pilsētā. Sabiedrības veselības pamatnostādnes nosaka prioritāros nākotnes darbības virzienus nākamajiem 5 gadiem. Prioritāšu noteikšanā kā pamatdokumenti tiek ņemti vērā starptautiskie dokumenti, piemēram, PVO, ANO, Eiropas Komisijas noteiktās vadlīnijas u.c. (skat. 3 attēlu). Būtiski ir arī valstiska mēroga dokumenti kā Nacionālais attīstības plāns 2021. - 2027. gadam (turpmāk - NAP2027), Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2021. - 2027. gadam u.c. Tikpat nozīmīgi ir arī lokāla mēroga dokumenti kā Rīgas pilsētas Ilgtspējīgas attīstības stratēģija 2030. gadam un iepriekš minētā Rīgas pilsētas Attīstības programma 2022.-2027. gadam, ka arī citi pašvaldības politikas plānošana dokumenti, piemēram, Rīgas gaisa kvalitātes uzlabošanas rīcības programma 2021.-2025. gadam, Rīgas pilsētas sabiedrības Integrācijas pamatnostādnes 2019. - 2024. gadam, Rīgas mobilitātes plāna 2019.-2025. gadam ziņojums u.c. Situācijas analīzei tiek ņemti vērā aktuālie sabiedrības veselības statistikas dati, pētījumi

(skat. Situācijas analīzi 1. pielikums), **Rīgas pilsētas Veselības profils** ([RīgasVeselībasProfils 2021 2504](#)).[39;40;41;42;43] Ņemot vērā situācijas analīzi tiek noteiktas Rīgas valstspilsētas pašvaldības Sabiedrības veselības pamatnostādņu rīcības un to pakārtotie uzdevumi. Savukārt, veselību veicinošas aktivitātes tiek plānotas uz pierādījumos balstītiem datiem par to efektivitāti un ietekmi uz veselību, kā arī ņemot vērā iedzīvotāju vajadzības. Plānojot aktivitātes, ir būtiski ņemt vērā pašvaldības noteiktās prioritātes, kompetenci attiecīgajā jomā, pieejamos resursus, iespējas ietekmēt procesus, kā arī plānoto aktivitāšu termiņus. Sabiedrības veselības pamatnostādņē noteikto rīcību un uzdevumu aktivitātes tiek atspoguļotas Rīgas pilsētas Attīstības programmas 2022. - 2027. gadam Rīcības un Investīciju plānos, kā arī Rīgas valstspilsētas pašvaldības iestāžu darba plānos.

3. attēls **Rīcības un uzdevumi tiek noteiktas saskaņā ar principiem:**

Starptautiskie dokumenti, vadlīnijas, tajā skaitā ES, PVO, ANO Ilgtspējīgas attīstības mērķi u.c.

Nacionālie dokumenti, vadlīnijas, tajā skaitā NAP2027, Sabiedrības veselības pamatnostādnes u.c.

Pašvaldības dokumenti, tajā skaitā Rīgas Ilgtspējīgas attīstības stratēģija līdz 2030. gadam, Rīgas pilsētas Attīstības programma 2022.- 2027.gadam u.c.

Aktuālie statistikas dati, pētījumi Sabiedrības veselības jomā.

Pašvaldības kompetence, resursi, iespējas ietekmēt, termiņš.

SABIEDRĪBAS VESELĪBAS PAMATNOSTĀDŅU RĪCĪBAS VIRZIENI

5.1. RĪCĪBAS VIRZIENS: IEDZĪVOTĀJU VESELĪGA DZĪVESVEIDA VEICINĀŠANA UN SLIMĪBU PROFILAKSE.

Noteiktie uzdevumi:

- 5.1.1 Ģimenes veselības veicināšana.
- 5.1.2 **Tematiski veselības veicināšanas pasākumi**, tajā skaitā fizisko aktivitāšu, veselīga uztura, reproduktīvās veselības, personīgās higiēnas un mutes dobuma, zobu veselības veicināšana, kā arī atkarību izraisošu vielu un procesu atkarību un traumatisma profilakse **visām vecuma grupām**;
- 5.1.3 **Psihoemocionālās veselības veicināšana** – īpaši bērnu un jauniešu mērķa grupai.
- 5.1.4 **Infekciju profilakse.**
- 5.1.5 **Vispārējās veselībratības veicināšana**, tajā skaitā digitālas veselībratības veicināšana.
- 5.1.6 **Uz pierādījumiem balstīta sabiedrības veselība un starpsektorālā sadarbība.** Sabiedrības veselības datu analīze, starpsektorāla sadarbība pašvaldības, nacionālā

un starptautiskā līmenī. Speciālistu izglītošana sabiedrības veselības veicināšanā un slimību profilaksē.

Labā veselība visas dzīves garumā nodrošina paredzamā mūža ilguma un dzīves kvalitātes paaugstināšanos. Veseli bērni mācās labāk, veseli pieaugušie strādā produktīvāk un veseli vecāka gada gājuma cilvēki turpina aktīvi līdzdarboties sabiedrībā. Iedzīvotāju veselību ietekmē vairāki faktori, to kombinācija. Tādus faktoros kā iedzimtība, vecums, dzimums, ietekmēt nav iespējams, bet tādu būtisku faktoru jeb veselības determinanti kā dzīvesveids var ietekmēt.[6;44] Veselīgam dzīvesveidam ir būtiska ietekme, lai novērstu daudzas neinfekciju slimības, piemēram, sirds un asinsvadu slimības, sniedzot lielākas izredzes nodzīvot ilgāku mūžu, saglabāt labu veselības stāvokli un pašaprūpes spējas visa mūža garumā. Ir aprēķināts, ka 51 % visu nāves gadījumu Latvijā ir izskaidrojami ar riska faktoriem, kas saistīti ar uzvedību, tostarp uztura paradumiem, tabakas smēķēšanu, alkohola lietošanu un mazkustīgu dzīvesveidu. [45;12] **Veselības veicināšana ir ekonomiski izdevīgākais un efektīvākais veids tieši slimības cēloņu novēršanā**, nepieļaujot slimības rašanos un veicinot iedzīvotājus uzņemties lielāku atbildību par savu veselību.[16] Viens no būtiskākajiem pašvaldības uzdevumiem (t.sk. tas ir atrunāts likumā par pašvaldībām) ir nodrošināt iedzīvotājam veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumu pieejamību. Jau 1986. gadā Otavā,

Kanādā tika pieņemta Otavas harta, kurā tika noteikta veselības veicināšanas definīcija, kas nosaka, ka “veselības veicināšana ir process, kas iedzīvotājiem sniedz iespēju palielināt kontroli pār savu veselību un to uzlabot”.[1]

Lai noteiktu nākotnes rīcības virzienus veselības veicināšanai Rīgas pilsētā, AP2027 ietvaros tiek izvērtēti sabiedrības veselības rādītāji. (skat. 1. Pielikumu). Viens no rīcības virziena noteiktajiem uzdevumiem ir “**Ģimenes veselība**”. Bērna veselībai un attīstībai līdz dzimšanai un pirmajā dzīves gadā ir būtiska mātes un tēva veselība, vecāku zināšanas un rūpes par bērnu, dzīvesveida paradumi.[12] Uzvedība un paradumi, kas attīstās bērnībā, ietekmē viņu dzīvesveidu pieaugušā vecumā.[46;47] Savukārt veselīgs uzturs agrīnā dzīves sākumā, piemēram, zīdīšana, veicina bērna veselīgu attīstību, tajā skaitā kognitīvo attīstību, kā arī var ietekmēt bērna veselību ilgtermiņā, piemēram, samazinot liekā svara vai aptaukošanās risku.[48] Vecāku izglītošanai ir būtiska ietekme bērnu traumatisma profilaksē, nodrošinot bērnam drošu vidi. Līdz ar to svarīgi ir veicināt agrīnu preventīvu darbu, īstenojot veselību veicinošas programmas jauno vecāku izglītošanai, kā veiksmīgus piemērus var minēt Rīgas domes Labklājības departamenta un tajā skaitā projekta “Mēs par veselīgu Rīgu!” īstenošanās aktivitātes jaunajiem un topošajiem vecākiem - nodarbības vecākiem par pirmās palīdzības sniegšanu bērniem,

nodarbības grūtniecēm par veselīga uztura paradumiem grūtniecības laikā un piebarojumu bērniem pirmajos sešos dzīves mēnešos, vingrošanas nodarbības grūtniecēm, zīdīšanas apmācības. Rīgas domes Labklājības departaments īsteno arī izglītojošas nodarbības, kuru mērķis ir izglītēt vecākus par bērnu audzināšanas risinājumiem ikdienā, veicinot bērna psihoemocionālo, radošo un intelektuālo attīstību un veidojot atbalstošas un cieņpilnas attiecības ar bērnu, veicināt veselīgu attiecību veidošanas prasmes, saņemot praktiskus padomus, kā ar pozitīvu audzināšanu un disciplinēšanu risināt bērna uzvedības problēmas un meklēt šo problēmu rašanās cēloņus. Rīgas pašvaldības ģimeņu atbalsta pasākumu klāsts jau vairākus gadus ir paplašināts, domājot arī par tādu mērķa grupu kā nepilnās ģimenes, kurās dažādu iemeslu dēļ bērnu audzina viens no abiem vecākiem, piemēram, vecāki ir šķīrušies vai ir atraitņi. Iedzīvotāju atsaucību ir guvis nodarbību cikls “Topošo un jauno vecāku skola”, kura ietvaros tiek piedāvātas nodarbības topošajiem vecākiem par pāru attiecību stiprināšanu, sekmējot tēvu iesaistīšanos bērnu aprūpē un audzināšanā, veicinot veselīgu ģimeņu ilgtspēju un bērnu emocionālo veselību. [33]

Lai īstenotu uzdevumu “**Tematiski veselības veicināšanas pasākumi**”, ir būtiski iedzīvotājus izglītēt par fizisko aktivitāšu un veselīga uztura nozīmi ikdienā, reproduktīvās veselības veicināšanu, atkarību izraisošu vielu un procesu atkarību, traumatisma profilaksi u.c. veselību veicinošām aktivitātēm visām vecuma grupām.

Bērni, it īpaši jaunieši, ir pakļauti līdzvērtīgiem riskiem kā pieaugušie, bet viņi ir mazāk aizsargāti (trūkst zināšanu un prasmju), lai līdzvērtīgi spētu uz tiem reaģēt. Bērniem un jauniešiem, kuri jau agrīnā vecumā ir pakļauti tādiem riska faktoriem kā alkohola lietošana, smēķēšana, neveselīgs uzturs un mazkustīgums, ir lielāks risks pieaugušā vecumā attīstīties kādām no neinfekciju slimībām, piemēram, sirds un asinsvadu slimībām, hroniskas elpceļu slimībām, ļaundabīgiem audzējiem, diabētam.[47] Fiziskā aktivitāte ir svarīgs veselības saglabāšanas un veicināšanas priekšnoteikums. Saskaņā ar PVO rekomendācijām, bērniem vecumā no 5 līdz 17 gadiem par pietiekamu uzskata 60 minūtes ilgu fizisko aktivitāti (ar mērenu vai enerģisku intensitāti) katru dienu.[49] Vairāki pētījumi norāda, ka Covid-19 pandēmija vēl vairāk samazināja fizisko aktivitāti bērnu vidū un palielināja neveselīga ēdiena patēriņu.[50] Ņemot vērā Rīgas pilsētas sabiedrības veselības datu analīzi, var secināt, ka Rīgā ir ievērojams bērnu skaits ar aptaukošanos un lieko svaru. Līdz ar to ir nepieciešams turpināt veselību veicinošas aktivitātes, tajā skaitā izglītojot par veselīgu uzturu un fizisko aktivitāšu nepieciešamību. Veselīga uztura veicināšanai bērniem un jauniešiem Rīgas valstspilsētas pašvaldībā tiek īstenotas vairākas aktivitātes, piemēram, Rīgas domes Labklājības departaments un tajā skaitā projekta “Mēs par veselīgu Rīgu” īstenotās nodarbības, piemēram, “Veselīga uztura detektīvs” pamatskolas un vidusskolas skolēniem. Savukārt fizisko

aktivitāšu veicināšanā atsaucību ir guvušas vingrošanas nodarbības bērniem nepareizas stājas profilaksei un dinamiskās pauzes 1. – 4. klašu skolēniem balsta kustību aparāta attīstības veicināšanai un nostiprināšanai.

Būtiska joma ir arī atkarību izraisīto vielu un procesu atkarību profilakse. Veselību veicinošās pasākumos īpašu uzmanību pievēršot jauniešiem, alternatīviem nikotīnu saturošiem izstrādājumiem, kurus arvien biežāk pamēģina/lieto jaunieši. Palielinās arī to jauniešu skaits, kuri savu brīvo laiku pavada pie datora vai citām elektroniskajām ierīcēm, kas it īpaši aktualizējas Covid-19 pandēmijas ietekmē. Rīgas domes Labklājības departamenta īsteno diskusijas un grupu nodarbības bērniem un jauniešiem par vielu lietošanu un procesu atkarībām.

Būtisks uzsvars jāliek uz jauniešu izglītošanu par personisko higiēnu un reproduktīvo veselību, tajā skaitā informējot par seksuāli transmisīvām slimībām. Kā labs piemērs jāmin Rīgas domes Labklājības departamenta īstenotās projekta “Mēs par veselīgu Rīgu!” aktivitātes, piemēram, nodarbības 4. – 9. klašu meitenēm un zēniem par reproduktīvo veselību. Savukārt personīgās higiēnas un mutes veselības veicināšanai jau vairākus gadus tiek īstenotas nodarbības skolēniem par mutes dobuma higiēnu un pareizām zobu tīrīšanas metodēm.

Skolai veselības veicināšanā ir būtiska loma, pirmkārt, tas ir izmaksu efektīvs veids kā sasniegt bērnus un jauniešus. Otrkārt,

skolām ir iespējams sasniegt ne tikai skolēnus, bet arī to vecākus, skolas personālu, skolotājus u.c. sabiedrības locekļus. Kā labs piemērs jāmin traumatisma profilakses apmācības, kuras tika piedāvātas gan pašiem pirmsskolniekiem, gan viņu vecākiem. Pašvaldība nodrošina arī atbalstu pedagogiem, konsultāciju, semināru un metodisko un mācību materiālu veidā, piemēram, Rīgas domes Labklājības departamenta speciālisti kopā ar skolotājiem īsteno diskusijas, lekcijas par vielu lietošanu un procesu atkarībām, un informatīvi izglītojošos lekcijas, nodarbības par bērna psihoemocionālo veselību. Kā arī tiek izglītoti citi iesaistītie speciālisti, piemēram, sociālie pedagogi, policijas darbinieki u.c. Savukārt īpaši svarīgs darbs ir ar vecākiem, jo tieši vecāki agrīni var ietekmēt bērnu uzvedības paradumus. [1;12;33]

Ņemot vērā sabiedrības veselības situācijas izvērtējumu (skat. 1.Pielikums), ir jāturpina darbs arī ar **darbspējīgā vecuma mērķauditoriju**, īpaši uzverot fizisko aktivitāšu un veselīga uztura lomu ikdienā un atkarību izraisīto paradumu mazināšanu, tajā skaitā pievēršot uzmanību ļaundabīgo audzēju profilaksei. Tādu riska faktoru mazināšana kā liekais svars, aptaukošanās un mazkustīgums ir efektīvs veids kā mazināt neinfekcijas slimību izplatību sabiedrībā. Kā piemērs jāmin Rīgas domes Labklājības departamenta un projekta “Mēs par veselīgu Rīgu!” piedāvātās nūjošanas nodarbības. Veselīga uztura paradumu veicināšanai tiek īstenotas praktiskas veselīga uztura pagatavošanas meistarklases. 2019. gadā, lai veicinātu Rīgas

iedzīvotāju fizisko un garīgo veselību, Vecmīlgrāvja teritorijā Rīgā (Augusta Dombrovska ielā 88), tika izveidota dabas taka “Veselības maršruts”. Savukārt veselību veicinoša darba vieta ir būtiska cilvēku veselības un dzīves kvalitātes veicināšanai. Tā ir ne tikai darba organizācijas uzlabošana un darba vides uzlabošana, bet arī darbinieku rosināšana iesaistīties veselības veicināšanas pasākumos.[51] Jau vairākus gadus darba devēju atsaucību ir guvušas Rīgas domes Labklājības departamenta piedāvātās praktiskās nodarbības darba kolektīviem par dažādām veselību veicinošām tēmām, kā arī semināri sēdoša darba darītājiem par veselīgu uzturu un fiziskajām aktivitātēm Līdztekus tam kopš 2016. gada Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments vasaras sezonā finansē bezmaksas sporta nodarbības brīvā dabā, kas ir piemērotas visiem, neatkarīgi no vecuma, dzimuma vai fiziskā stāvokļa un tām nav laika apstākļu ierobežojumu. 2021. gadā profesionālu sporta treneru vadītās nodarbības 2 – 3 reizes nedēļā notika jau 20 Rīgas apkaimēs.

Gados vecāko iedzīvotāju veselības veicināšanai ir svarīgi gan veicināt fizisko aktivitāti un veselīgu uztura paradumus, gan psihoemocionālo veselību. Arvien aktuālāks kļūst jautājums par kognitīvo spēju veicināšanu visas dzīves garumā, tajā skaitā demences profilaksi. Mērķgrupai ir būtiska traumatisma profilakse, piemēram, kritienu riska mazināšana senioru dzīvesvietā. Kritieni ir viens no biežākajiem ārējo nāves cēloņu iemesliem iedzīvotājiem virs 65

gadiem.[52] Kā piemērs kritienu profilaksei gados vecākiem iedzīvotājiem jāmin Rīgas domes Labklājības departamenta īstenotā kampaņa, kuras ietvaros tika izvietoti informatīvie stendi sabiedriskā transporta pieturvietās un izglītojošu video par traumatisma profilaksi sabiedriskajā transportā. Rīgas domes Labklājības departamenta, tajā skaitā projekta “Mēs par veselīgu Rīgu” ietvaros īsteno arī praktiskas nodarbības, kurās tika stiprināta senioru koordinācija, fiziska izturība, piemēram, nūjošanas nodarbības, vingrošana un peldēšanas nodarbības, veselīgās pastaigas, veselīga uztura meistarklases u.c.[53] Kā arī 2020. gadā YouTube kanālā publicēti vairāki informatīvi video par senioru veselību par tādām tēmām kā senioru traumatisms, demence, primārā veselības aprūpe un veselīga novecošanās. Veselības veicināšanas pasākumiem jābūt kompleksiem, gan sniedzot teorētiskas zināšanas, gan īstenojot praktiskas nodarbības.

Infekciju profilaksei arī turpmāk jāpievērš būtiska uzmanība, ne tikai saistība ar Covid-19 pandēmiju, bet arī ar augsto cilvēka imūndeficīta vīrusa infekcijas HIV gadījumu skaitu Rīgas pilsētā un Latvijā kopumā. Kopš HIV pandēmijas pirmsākumiem ir mainījies dominējošais HIV transmisijas veids, inficēšanās notiek ne tikai narkotisko vielu lietotāju vidū, bet arvien vairāk transmisija heteroseksuālu kontaktu ceļā. Kā satraucošs ir vērtējams fakts, ka liela daļa inficēto personu ir nenoskaidrots inficēšanās ceļš.[54] Līdz ar to profilakse ir būtiska ne tikai riska grupām, piemēram, narkotisko vielu

lietotāju vidū, bet arī jauniešu un darbaspējīgā vecuma iedzīvotāju informēšanu par HIV, C hepatīta un citu infekciju inficēšanās veidiem un riska faktoriem. Infekcijas profilakses darbā pašvaldība aktīvi sadarbojas ar Slimības profilakses un kontroles centru gan informācijas apmaiņas veidā, gan īstenojot kopīgas aktivitātes. Rīgas domes Labklājības departaments jau vairākus gadus piedāvā nodarbības 9. – 12.klašu skolēniem par ar asinīm pārnesto infekcijas slimību profilaksi (B, C hepatīts, HIV u.c.). Rīgas domes Labklājības departaments, sadarbojoties ar SPKC, Rīgas iedzīvotājiem nodrošina iespēju bez maksas un anonīmi veikt HIV eksprestestu, saņemot konsultāciju pirms un pēc testa, biedrības “Dia+logs” atbalsta centrs visiem, kurus skar HIV/AIDS telpās un mobilajā vienībā, pietuvināti klientu dzīvesvietai, kā arī trijās no piecām biedrības “Latvijas Sarkanās Krusts” Veselības istabām. Rīgas iedzīvotājiem arī pieejams SPKC HIV profilakses punkts un biedrības “Baltijas HIV asociācija” testpunkts.[55]

Covid-19 pandēmijas rezultātā īpaši aktualizējās jautājums par sabiedrības **psihoeemocionālo veselību**, kas ir būtisks elements individuālai un sabiedrības labklājībai. PVO definīcija nosaka, ka psihiskā veselība ir labklājības stāvoklis, kad indivīds spēj īstenot savu potenciālu, tikt galā ar ikdienas stresu, produktīvi strādāt un dot ieguldījumu sabiedrībā. Laba indivīda un kopējā sabiedrības psihiskā

veselība ir būtisks nosacījums stabilas, drošas un labklājīgas sabiedrības veidošanai. Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas (OECD) ziņojumā tiek norādīts, ka Covid-19 pandēmija ir negatīvi ietekmējusi psihoemocionālo veselību, it īpaši jauniešiem ar zemāku sociālekonomisko statusu.[28;56] Saskaņā ar 2021. gadā Latvijā veiktu ziņojumu par psihisko veselību un psiholoģisko noturību un ar to saistītiem faktoriem Latvijas populācijā Covid-19 pandēmijas laikā, depresijas izplatība ir palielinājusies. Iepriekš minētā pētījuma ietvaros tika izveidotas rekomendācijas bērnu un pusaudžu psihiskās veselības veicināšanai un aprūpei, kuras paredz īstenot preventīvas aktivitātes skolās, ģimenēs, vienaudžu vidū u.c., kā arī aprūpē iesaistīt multidisciplināru speciālistu un institūciju loku (skolas, sporta klubi, mākslu skolas, ģimenes ārsti, psihologi, psihoterapeiti, ārsti-speciālisti u.c.). Pētnieki norāda, ka kaut arī jaunieši varētu būt primārā mērķa grupa, tomēr ir svarīgi izstrādāt efektīvās sabiedrības veselības intervences un palīdzības programmas grūtā situācijā nonākušiem cilvēkiem, ieskaitot visas iedzīvotāju grupas.[57] Lai gan Covid-19 pandēmijas ilgtermiņa sekas uz iedzīvotāju veselību vēl ir neskaidras, tomēr potenciāli var tikt veicināta trauksmes un depresijas izplatība iedzīvotāju vidū.[58] Rīgas domes Labklājības departaments t.sk. projekta “Mēs par veselīgu Rīgu!” ietvaros piedāvāja seminārus un nodarbības par psihoemocionālo veselību. Piemēram, speciālistiem tika īstenoti izglītojoši semināri par

psihoemocionālās veselības tēmām, kā “Agresijas intervences programma jauniešiem”, “Stresa ietekme uz jaunieši veselību”, savukārt izglītības iestādēs pirmsskolas un 1. – 4. klašu audzēkņu vecāku sapulcēs tika runāts par bērnu psihoemocionālo attīstību un drošas, atbalstošas vides veidošanas veicināšanu bērnu attīstībai. Bērniem un jauniešiem tika īstenotas interaktīvas forumteātra nodarbības garīgās veselības veicināšanai, samazinot mobinga izplatību. Savukārt Covid-19 pandēmijas laikā it īpašu atsaucību no iedzīvotāju puses guva tiešsaistes semināri par stresu un tā radītajam veselības problēmām un lekcijas garīgās veselības veicināšanai “Kā pieņemt nepatīkamas ziņas”.

Lai iedzīvotāji palielinātu iepriekš minētās prasmes - uzlabot savu veselību, ir būtiski izglītot jeb **veicināt veselībprātību**. Saskaņā ar PVO definīciju, veselībprātība ir kognitīvās un sociālās prasmes, kuras nosaka indivīdu motivāciju un iespējas iegūt, izprast un izmantot informāciju tā, lai tā veicinātu un nodrošinātu labu veselību.[59] Mūsdienās būtiska loma ir arī digitālajai veselībprātībai, kas ir prasmes meklēt, atrast, izprast un novērtēt digitālajos avotos (televīzijā, internetā, mobilajās aplikācijās) atrodamo informāciju veselības jomā un pielietot iegūtās zināšanas veselības uzlabošanai. [6;60;61] Savukārt iegūtās zināšanas par savu veselību un veselības veicināšanu ļauj iedzīvotājiem piekopt veselīgu dzīvesveidu, piemēram, mainīt

ēšanas paradumus, īstenot fiziskās aktivitātes. **Veselībratība nav tikai prasmes atrast informāciju, bet arī spēja to dzīvē pilnvērtīgi pielietot.** Veselībratība ir svarīga bērnu un jauniešu vecumā, jo veselība pirmajos dzīves gados rada pamatu visai turpmākai dzīvei. Zināšanas un prasmes par veselību ir būtisks instruments, lai samazinātu iedzīvotāju nevienlīdzību veselības jomā. Veselībratībai jābūt integrētai prasmēs un kompetences visā dzīves garumā. [62] Rīgas domes mājaslapa www.veseligsridzinieks.lv un sociālā tīkla Facebook mājaslapa, Instagram, kā arī sociālā tīkla „Youtube” kanāls “Veselīgs Rīdzinieks” sniedz iedzīvotājiem uz pierādījumiem balstītu, ar veselību saistītu informāciju. Mājas lapā ir publicētas sadaļas par ģimenes veselību, veselīgu uzturu, fiziskajām aktivitātēm un drošības jautājumiem, infekciju slimību profilaksi, garīgo veselību, atkarību profilaksi un veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību.

Kopēji vērtējot veselības veicināšana pakalpojumu pieejamības aspektus pašvaldībā, būtu jāizvērtē ģeogrāfiskā pieejamība – **attālums līdz veselību veicinošam pasākumam.** Vērtējot šo aspektu, būtiska ietekme ir bijusi ESF finansētam projektam “Mēs par veselīgu Rīgu!”, kas sniedz iespēju īstenot pakalpojumus tuvāk iedzīvotājiem, viņu dzīvesvietas apkaimē. Kā arī ārkārtas situācijas laikā nodrošinātie semināri un nodarbības attālināti – “online” vidē papildus sniedza iespēju veselību veicinošus

pakalpojumus izmantot tai sabiedrības daļai, kura iepriekš laika trūkuma vai citu aspektu dēļ nebūtu varējusi apmeklēt nodarbības klātienē, kā arī nodrošināja sabiedrības veselības aktivitāšu nepārtrauktību Covid-19 situācijas apstākļos. Otrs aspekts ir **organizatoriskā pieejamība,** tajā skaitā informācijas nodrošināšana masu mēdijos. Vērtējot šo aspektu, jāuzsver digitālo platformu loma, kuras kļūst arvien pieprasītākas visās vecuma grupās. Līdz ar to pozitīvi vērtējama Rīgas domes Labklājības departamenta pārvaldīta mājaslapa www.veseligsridzinieks.lv un *Facebook* konts, kas sniedz gan aktuālo informāciju par pieejamiem veselību veicinošiem pakalpojumiem, gan veicina veselībratības līmeņa pieaugumu, informatīvi izglītojošu rakstu un video veidā. Trešais aspekts - **finansiālā pieejamība,** kas ir it īpaši svarīgi cilvēkiem ar sliktākiem sociālekonomiskiem apstākļiem. Rīgas domes Labklājības departamenta piedāvātie veselību veicinošie pasākumi, kā arī nodarbībām nepieciešamais aprīkojums ir pieejami bezmaksas, līdz ar to sniedzot iespēju jebkuram Rīgas iedzīvotājam tos izmantot. [16]

5.2. Rīcības virzieni - Nevienlīdzībās mazināšana sabiedrības veselības jomā, Saskaņā ar principu “Neatstāt nevienu novārtā”

Noteiktie uzdevumi:

5.2.1. Gados vecāku cilvēku socializācija un labbūtība.

5.2.2. Veselību veicinoši un iekļaujoši pasākumi personām ar funkcionāliem traucējumiem.

5.2.3. Psihosociālā atbalsta un dzīves prasmju veicinoši pasākumi sociālās atstumtības riskam pakļautām personām, kuras saskaras ar alkohola, narkotisko, psihotropo vai toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības problēmām, tajā skaitā HIV profilakses un psihosociālie atbalsta pasākumi.

5.2.4. Sociālo un dzīves prasmju veicināšana sociālās atstumtības riskam pakļautiem jauniešiem.

5.2.5. Veselības aprūpes pakalpojumu pieejamības veicināšana Rīgas pilsētā.

Viens no Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādņu 2021.-2027. gadam pamatprincipiem ir nevienlīdzības mazināšana un sociālā iekļaušana. Šis pamatprincips paredz veicināt veselības rādītāju atšķirību izlīdzināšanos starp vīriešiem un sievietēm, iedzīvotāju grupām ar atšķirīgiem izglītības un ienākumu līmeņiem, dzīvojošiem dažādos reģionos un citās sociāli ekonomiskās grupās, kā arī sociālās

atstumtības riskam pakļauto iedzīvotāju grupu mērķtiecīgu iesaisti veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumos.[12] Sociālekonomiskā nevienlīdzība ir viens no cēloņiem nevienlīdzībai veselībā, jo daudzi ar uzvedību saistītie riska faktori ir vairāk izplatīti iedzīvotāju vidū ar zemāku izglītības un ienākumu līmeni, tādejādi veicinot veselības un paredzamā mūža ilguma atšķirības.[45] Nevienlīdzība veselības jomā ir sistemātiskas atšķirības starp dažādām sociālajām grupām. Jāuzsver, ka no šīm atšķirībām var izvairīties un tās pēc savas būtības ir netaisnas. [63] Saskaņā ar PVO ziņojumu, lielākā daļa nevienlīdzības veselības jomā izskaidrojama ar 5 faktoriem - veselības aprūpes kvalitāti, tajā skaitā izmaksām un pieejamību; finansiālo nedrošību; sliktas kvalitātes mājokļiem un apkārtni; sociālo atstumtību, pienācīga darba trūkumu un sliktiem darba apstākļiem.[63;64] Cilvēki, kuri ir sociāli un ekonomiski nelabvēlīgākā situācijā biežāk cieš no tādām slimībām kā augsts asinsspiediens, diabēts un sirds, elpceļu slimībām u.c. Arī Covid-19 pandēmija vairāk ir ietekmējusi nabadzīgāko un mazaizsargāto iedzīvotāju daļu, tādejādi vēl vairāk pastiprinot jau esošās nevienlīdzības, tajā skaitā hronisku slimību izplatībā. OECD ziņojumu Covid-19 izraisītās mirstības rādītājiem ir skaidri izteikts sociālais gradients, līdz ar to atgādinot par sociālo faktoru nozīmi veselības jomā. Covid-19 pandēmija tiek bieži uzskatīta arī par “sindēmisku pandēmiju” - negatīvo ietekmi pastiprina pastāvošā nevienlīdzība

hronisku slimību izplatībā un sociālajās veselības determinantēs.[28; 65;66]

Pieņemot ANO Ilgtspējīgas attīstības mērķus 2030. gadam, **valstis apņēmas “neatstāt nevienu novārtā”**, kas sevī ietver tādas principus kā mazināt nabadzību, sociālo nevienlīdzību, diskrimināciju. [67] Vienlīdzība veselībā nozīmē, ka visiem ir vienādas iespējas sasniegt savu veselības potenciālu un nevienam nevajadzētu būt nelabvēlīgākā situācijā, lai to sasniegtu. Jāatzīmē, ka PVO konstitūcijā deklarētā vērtība nosaka, ka “Katra cilvēka pamattiesības ir sasniegt iespējami augstāko veselības līmeni.”[13] Veselību ietekmējošie sociālie faktori ir apstākļi, kādos cilvēki piedzimst, aug, dzīvo, strādā un noveco, ieskaitot pastāvošās veselības aprūpes sistēmas. Saskaņā ar ANO Ilgtspējīgas attīstības programmu, neaizsargātākās iedzīvotāju grupas, kurām jānodrošina pienācīgas iespējas ir bērni, jaunieši, personas ar invaliditāti, HIV inficētas personas, veci cilvēki, pirmiedzīvotāji, bēgļi un migranti. [68 ;17]

Veselīga pilsētpolitika “neatstāj nevienu novārtā”. Sabiedrības veselības un labklājību veicinošas politikas pēc savas būtības aizsargā tos iedzīvotājus, kuri ne vienmēr var piedalīties lēmumu pieņemšanas procesā, lai gan pieņemtie lēmumi tos tiešā veidā ietekmē, piemēram, atbalsts nabadzībā dzīvojošiem bērniem, vecāka gadagājuma cilvēkiem. Ar mērķtiecīgu un starpsektorālu darbību pilsēta var uzlabot mazaizsargāto iedzīvotāju veselību. [7;69]

Šajā Rīgas pilsētas sabiedrības veselības rīcības virzienā tiek pievērsta uzmanība mērķgrupām, kuras varētu tikt pakļautas sociālai atstumtībai un sociālai izolācijai, tādejādi veicinot to nevienlīdzību veselībā. Viena no šādām mērķgrupām ir **vecāka gadagājuma iedzīvotāji**. Mūsdienās ir uzlabojies dzīves līmenis, veselības aprūpe un medicīnas tehnoloģijas, līdz ar to pieaug arī iedzīvotāju dzīves ilgums. Šādas demogrāfiskam izmaiņas nākotnē radīs papildus slogu labklājības sistēmai, veselības aprūpes izmaksām, pensijām un sociālajiem pabalstiem. Būtiski ir domāt par to, lai seniora vecuma iedzīvotājiem ir laba veselība un augsta dzīves kvalitāte, kas arī ļautu būt ilgāk ekonomiski aktīviem. Vecāka gadagājuma iedzīvotāji ir vairāk pakļauti sociālas izolācijas riskam, kā arī problēmām, kas saistītās ar garīgo labklājību.[6] 2018. gadā starp visām ES dalībvalstīm Latvijā bija piektais augstākais nabadzības vai sociālās atstumtības riskam pakļauto iedzīvotāju skaits.[70] Saskaņā ar Centrālās statistikas pārvaldes datiem 2019. gadā Latvijā visvairāk nabadzības riskam bija pakļauti seniori vecumā virs 65 gadiem, tas ir 71,1% senioru.[71] Spēja apmaksāt pakalpojumu un preces, tajā skaitā pārtiku un mājokli ir viens no galvenajiem priekšnoteikumiem cilvēku cienīgai un neatkarīgai dzīvei. Senioru sociālā izolācija un vientulība ir saistīta ar zemāku dzīves kvalitāti, kognitīvo funkcionēšanu, garīgo veselību, labklājību un neatkarību, līdz ar to sekojoši pieaug veselības un sociālas aprūpes pakalpojumu patēriņš. Lai mazinātu vecāka gada gājuma iedzīvotāju

sociālo izolāciju, būtiski ir veidot elastīgus darba laikus, veicināt mūžizglītību un iesaisti brīvprātīgajā darbā. Līdz ar to pilsētām ir būtiski būt iekļaujošām, pieejamām, domājot gan par vides, gan pakalpojumu pieejamības aspektiem. Šīs jaunas demogrāfiskas izmaiņas liek domāt par jaunām, izmaksu efektīvām, drošām, pieejamām sociālām un tehnoloģiskām inovācijām. Šāda veida inovācijas var veicināt uzturēt vecāka gada gājuma iedzīvotāju labu dzīves kvalitāti, būt patstāvīgiem un pagarināt veselīgi nodzīvotus mūža gadus. Liela daļa no šāda veida inovācijām ir vērstas uz preventīviem pasākumiem veselības aprūpē un veselības profilaksi, kas samazinātu veselības aprūpes un sociālās izmaksas un uzlabotu aprūpi.[6;64;72;73] Kā piemērs jāmin Rīgas domes Labklājības departamenta īstenotais projekts, kas paredz ieviest pretkritienu sistēmas tehnoloģijas sociālos aprūpes centros - viedo uzraudzības sistēmu.

Rīgas pilsētas pašvaldībā jāturpina īstenot veselību veicinošās aktivitātes, kas veicina ne tikai veselībpratības līmeņa paaugstināšanos, bet arī socializāciju senioru vidū. Piemēram, tādas ir bijušas organizētās veselīgās senioru pastaigas, uztura meistarklases, nūjošanas nodarbības u.c. Rīgas domes Labklājības departamenta dienas centros pilngadīgām personām ir iespēja iesaistīties dažādās aktivitātēs, piemēram, prāta treniņa nodarbībās, veselīga uztura meistarklasēs, līnijdejās, nūjošanā, svešvalodu apgūvē, dziedāšana

korī. Ir izveidots arī brīvprātīgo senioru zvanu centrs, kurā ikvienam zvanu centra darbā iesaistītajam senioram ir iespēja praktiski izmantot un attīstīt savas komunikācijas spējas saskarsmē ar citiem cilvēkiem.

Sabiedrības integrācijas projektu konkursā nevalstiskajām organizācijām un sabiedrības integrācijas un brīvprātīgā darba projektu konkursā Izglītības, kultūras un sporta departamenta un Labklājības departamenta padotībā esošajām iestādēm tiek atbalstīti projekti sociālās integrācijas veicināšanas jomā, kuros tiek iesaistīti gan sociālās atstumtības riska grupu pārstāvji, gan notiek dažādu iedzīvotāju grupu mijiedarbība.

Sociālās integrācijas veicināšanas jomā uzsvars tiek likts uz nabadzības un sociālās atstumtības novēršanu, kas iekļauj prasmju paaugstināšanu, pašapziņas stiprināšanu, motivēšanu u.c., kā arī radošu un lietderīgu brīvā laika aktivitāšu nodrošināšanu, īpaši veciem cilvēkiem un jauniešiem no sociālās atstumtības riska grupām.

Tiek atbalstīti projekti, kuros tika veicināta starppaudžu sadarbība, iesaistot sociālās aprūpes centru iemītniekus un Rīgas vispārizglītojošo skolu skolēnus, attīstītas senioru radošās prasmes Rīgas Sociālā dienesta dienas centros. Tāpat tiek atbalstīti projekti, kuros tiek īstenotas dažādas aktivitātes cilvēku ar īpašām vajadzībām veiksmīgākai sociālajai integrācijai, nodrošinot iespējas apgūt jaunas prasmes mērķa grupai un arī plašākai sabiedrībai, veicinot

iekļaujošāku pasākumu veidošanu un izpratni sabiedrībā, sniedzot iespēju gūt savstarpēju atbalstu un paplašinot līdzdalības iespējas.

Saskaņā ar Ministru kabineta noteikumiem Nr.173 “Noteikumiem par sociālās atstumtības riskam pakļauto iedzīvotāju grupām un sociālā uzņēmuma statusa piešķiršanas, reģistrēšanas un uzraudzības kārtību”, sociālās atstumtības riskam ir pakļautas personas ar invaliditāti; ar garīga rakstura traucējumiem; personas ar alkohola, narkotisko, psihotropo vai toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības problēmām; bāreņi un bez vecāku gādības palikušie bērni vecumā no 15 gadiem, kā arī šai grupai atbilstošas pilngadīgas personas līdz 24 gadu vecuma sasniegšanai u.c. [74]

Būtiska sabiedrības veselības mērķgrupa ir **cilvēki ar funkcionāliem traucējumiem**. Cilvēkiem ar invaliditāti visticamāk būs nepieciešama veselības aprūpe biežāk nekā pārējai iedzīvotāju daļai, lai gan tieši šiem iedzīvotājiem var būt ierobežojoši piekļūt pakalpojumiem, ņemot vērā mobilitāti un infrastruktūras pieejamību. Cilvēki ar garīga rakstura traucējumiem var tikt pakļauti stigmatizācijai, līdz ar to būtiski ir veicināt sociālo integrāciju. Rīgas domes Labklājības departaments sniedz finansiālu atbalstu transporta pakalpojumiem personām, kurām ir apgrūtināta pārvietošanās, tādējādi nodrošinot cilvēku nokļūšanu darbā, mācību vai veselības aprūpes iestādē. Kā arī tiek sniegts atbalsts mājokļa pielāgošanai, tādējādi nodrošināt iespēju pārvietoties mājoklī, paaugstināt aktivitāšu veikšanas spējas un

mazināt atkarību no citu personu palīdzības. Kā arī Rīgas pašvaldība sniedz atbalstu invalīdu ratiņkrēslu pacēlāju ierīkošana dzīvojamās mājās.[75] Kopš 2007. gada Rīgas pilsētas pašvaldībā darbojas personu ar invaliditāti nevalstisko organizāciju konsultatīvā padome, kuras mērķis ir veicināt personu ar invaliditāti pilsonisko līdzdalību lēmumu pieņemšanas procesos, kā arī sadarbību starp personas ar invaliditāti pārstāvošajām nevalstiskajām organizācijām un Rīgas pilsētas pašvaldību. Savukārt veselību veicinoši pasākumi jāīsteno, lai tie būtu ir integrēti pieejami arī cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem, piemēram, nodrošinot fizisku pakalpojuma pieejamību vai piedāvājot surdotulkojumu.

Darbā ar sociālās atstumtības riska grupām īpaša uzmanība tiek pievērsta **jauniešiem**. Ilglaicīgi nenodarbinātiem jauniešiem, kuri ir ārpus izglītības sistēmas, ir lielāks risks tikt pakļautiem sociālai atstumtībai, depresijai un atkarību izraisītu vielu (un procesu) lietošanas uzsākšanai.[76] **Rīgas pašvaldībā darbs ar jauniešiem notiek starpsektoriālā sadarbībā**, kur ir iesaistīts gan Rīgas domes Labklājības departaments, Rīgas Sociālais dienests, gan Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, kā arī Rīgas pašvaldības policija (Bērnu likumpārkāpumu profilakses nodaļa) un citas iesaistītās institūcijas. Rīgas pašvaldība 2019. gadā apstiprināja Rīgas pilsētas plānu darbam ar jaunatni 2019.-2023. gadam. Iepriekš minētais plāns paredz līdzvērtīgas iespējas visiem jauniešiem, kas dzīvo un mācās

Rīgā, neatkarīgi no viņu izglītības, dzīvesvietas, funkcionālo traucējumu veida, etniskās piederības, ekonomiskā un veselības stāvokļa. Savukārt viena no iepriekšminētā plāna prioritātēm paredz attīstīt darbu ar sociālam riskam pakļautiem jauniešiem.[77] Kā veiksmīgs piemērs aktivitātēm jāmin Eiropas Sociālā fonda projekts “Pumpurs”, kas sniedz atbalstu priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas samazināšanai.[78] Tiek nodrošināts individuālais atbalsts izglītojamiem, kuri varētu pārtraukt mācības finanšu resursu trūkuma dēļ, piemēram, tiek kompensēti izdevumi par transportu, ēdināšanu, dienesta viesnīcu u.c. Tomēr galvenais projekta fokuss ir nevis īslaicīga finansiālās palīdzības sniegšana, bet gan ilgtspējīga visaptveroša mehānisma radīšana, kas veido atbalstošu un iekļaujošu vidi ikvienam izglītojamam. Projekts atbalsta arī jauniešu NVO iniciatīvas, lai aktualizētu mācību pārtraukšanas problēmu pašu jauniešu vidū, ar vienaudžu palīdzību uzrunātu izglītojamus un iesaistītu viņus aktivitātēs. Pasākumi vērsti uz agrīnu problēmu diagnostiku un risinājumiem. Savukārt **Rīgas Sociāla dienesta atkarības profilakses speciālisti** piedāvā konsultācijas par atkarības un līdzatkarības veidošanās procesu skaidrojumu, motivēšanu atkarību veicinoša dzīvesveida pārtraukšanai u.c. Kā arī piedāvā uzvedības intervences grupas bērniem un jauniešiem, piemēram, par datoratkarībām, jauniešu smēķēšanu. Tiek nodrošināts speciālā pedagoga atbalsts jauniešiem, kad skolas kavējumu vai citu iemeslu

dēļ nav apgūta mācību viela, kā arī nepieciešama individuāla palīdzība mācību vielas apgūšanā. Kā veiksmīgs piemērs jāmin 2017. gadā aizsāktais Rīgas pilsētas pašvaldības un Jaunatnes starptautisko programmu aģentūras realizētais ESF projekts “**PROTI un DARI!**”, kas sniedz atbalstu sociālās atstumtības riska grupas jauniešiem, kas nav iesaistīti ne nodarbinātībā, ne izglītībā, ne mācībās (NEET). Projekta mērķis ir attīstīt mērķa grupas jauniešu prasmes un veicināt viņu iesaisti izglītībā, tai skaitā aroda apgūvē pie amata meistara, nodarbinātībā un citos pasākumos. Savukārt Rīgas pašvaldības Bērnu jauniešu centra struktūrvienība “Jauniešu atbalsta centrs” veic preventīvu psihosociālu darbu ar jauniešiem pirms un pēc ārpusģimenes aprūpes izbeigšanas, tai skaitā bez izmitināšanas, to uzsākot 12 mēnešus pirms pilngadības sasniegšanas un turpinot darbu ar pilngadību sasniegušajiem bāreņiem un bez vecāku gādības palikušajiem jauniešiem līdz 24 gadu vecumam, nodrošinot individuālu sociālās rehabilitācijas pakalpojumu. Kā arī Rīgas pašvaldība piedāvā vairākas atbalsta programmas jauniešiem ar uzvedības un saskarsmes grūtībām. [33]

Rīgas pilsētas pašvaldības policijas redzeslokā nonākošo nepilngadīgo personu skaits samazinās, bet ir palielinājies aizturēto nepilngadīgo personu skaits uz aizdomu pamata par noziedzīgo nodarījumu izdarīšanu. Būtiska nozīme bērnu administratīvo pārkāpumu skaita samazināšanā ir prevencijai. Rīgas pašvaldības

polīcija 2020. gadā veica 5186 profilaktisko darbu ar nepilngadīgām personām, t.sk. 2221 nepilngadīgo pulcēšanās vietu apsekošana, 1801 individuālās preventīvās pārrunas, 658 nepilngadīgo profilaktiskie apsekojumi dzīvesvietā un 506 psiholoģiskās konsultācijas, t.sk. 206 audzināšana rakstura piespiedu līdzekļu izpildes lietu ietvaros un 300 saistībā ar bērna deviantu uzvedību, krīzēm. No 2016. gada 1. jūnija bērniem par izdarītu administratīvu pārkāpumu prioritāri piemērojami audzināšana rakstura piespiedu līdzekļi, administratīvais sods piemērojams tikai izņēmuma gadījumos. Attiecīgi Rīgas domes Administratīvās komisijas Bērnu lietu apakškomisija bērniem pamatā piemēro audzināšana rakstura piespiedu līdzekļus. Rīgas pašvaldības policijas Bērnu likumpārkāpumu profilakses nodaļa ir atbildīga par minēto lēmumu izpildi Rīgā.

Saskaņā ar OECD ziņojumu, tieši **starpsektorālas stratēģijas, kas aptver veselības, izglītības un labklājības politikas var veicināt un aizsargāt jauniešu veselību un labklājību.** [28]

Sociālas atstumtības riskam ir pakļautas personas, kuras saskaras ar alkohola, narkotisko, psihotropo vai toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības problēmām. Rīgas Sociālā dienesta Atkarību profilakses speciālisti piedāvā individuālās konsultācijas (pusaudžiem un pieaugušajiem) ar atkarībām saistītos jautājumos, grupu nodarbības jauniešiem un pieaugušajiem. Kā arī tiek nodrošinātās narkologa konsultācijas gadījumos, ja ir jāveic atkarības

diagnostika un/vai motivācijas darbs.[74;79] Saskaņā ar atbalsta grupa HIV inficētajiem un AIDS slimniekiem - biedrība „AGIHAS” - 2016.gadā īstenotā projekta „Zini, nevis mini” pētījuma rezultāti liecina, ka HIV inficētie ir pakļauti ne tikai sociālās atstumtības riskam, bet arī stigmatizācijas spiedienam un pašizolācijas tendencēm.[80] Lai mazinātu saslimstību ar HIV un sociālo atstumtību, Rīgā tiek nodrošināti HIV profilakses un psiho-sociālie pakalpojumi narkotisko vielu lietotājiem un to kontaktpersonām. Pakalpojuma ietvaros injicējamo narkotiku lietotājiem, viņu piederīgajiem un to kontaktpersonām (pēc pašu vēlēšanās) ir iespējams saņemt HIV konsultanta, psihologa un sociālā darbinieka konsultācijas, veikt HIV testu, saņemt bezmaksas prezervatīvus, samainīt šļirci, saņemt informāciju par citām ar HIV saistītām infekcijas slimībām, kā arī par atkarību izraisošo vielu lietošanu saistītiem jautājumiem.

Rīgas Attīstības programmas 2022. – 2027. gadam (AP2027) 7. prioritātes “**Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta**” 8. uzdevums paredz veicināt veselības aprūpes pieejamību un uzlabot veselības aprūpes un sociālo pakalpojumu infrastruktūru. PVO norāda, ka **primārās veselības aprūpes pieejamība ir būtiska nevienlīdzības mazināšanai.** Saskaņā ar Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādņem 2021.-2027. gadam, viens no svarīgākajiem

rīkiem mērķtiecīgai nevienlīdzības mazināšanai ir investīcijas visos veselības aprūpes līmeņos, tai skaitā slimību profilaksē un veselības veicināšanā un integrētas veselības aprūpes pakalpojumu nodrošināšanā, īpaši vēršot uzmanību riska grupām, kuras pakļautas finansiālai, ģeogrāfiskai u.c. nevienlīdzībai.[12;13] Likums “Par pašvaldībām” nosaka, ka pašvaldības autonomā funkcija ir nodrošināt veselības aprūpes pieejamību, kā arī veicināt iedzīvotāju veselīgu dzīvesveidu un sportu.[31] Neskatoties uz plašo **veselības aprūpes pieejamības** termina pielietojumu Latvijā, tas Latvijas normatīvajos aktos nav definēts, tam nav noteikti novērtēšanas kritēriji, kā arī nav noteikti valsts un pašvaldību sadarbības principi veselības aprūpes pakalpojumu pieejamības nodrošināšanā, pakalpojumu sniegšanai nepieciešamās infrastruktūras izveidošanā un uzturēšanā. Taču līdzīgi kā citās valstīs, tiek uzskatīts, ka pieejamību veselības aprūpei nosaka gan veselības aprūpes organizācija, gan resursi (cilvēkresursi, finansējums), gan ģeogrāfiskais attālums un transports līdz veselības aprūpes iestādei, līdz ar to arī veselības aprūpes darbinieku sasniedzamība, kā arī ārsta un pakalpojumu sniedzēja izvēles brīvība, informācijas pieejamība, aprūpes kvalitāte un modernu tehnoloģiju esamība. Lai nodrošinātu veselības aprūpes pieejamību pēc iespējas lielākam Rīgas pilsētas iedzīvotāju skaitam, pašvaldības ir dibinājuši vairākas veselības aprūpes kapitālsabiedrības, kas atrodas dažādās

Rīgas apkaimēs, t.sk. attālākās, kur citu veselības aprūpes pakalpojumu sniedzēju nav.

Šobrīd Rīgā darbojas četras pašvaldības veselības aprūpes kapitālsabiedrības: SIA “Rīgas veselības centrs” ar 6 filiālēm, SIA “Rīgas 1.slimnīca”, SIA “Rīgas 2.slimnīca” un SIA “Rīgas Dzemdību nams”. Divas iestādes darbojas kā specializētas stacionārās ārstniecības iestādes, savukārt divas kā ambulatorās ārstniecības iestādes ar ļoti plašu pakalpojumu klāstu. Lai uzlabotu veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību un kvalitāti, veselības aprūpes kapitālsabiedrības nepārtraukti attīstās, uzlabo un paplašina esošos pakalpojumus, kā arī ievieš jaunus pakalpojumus. Tā, piemēram, SIA “Rīgas 1.slimnīca” ir kļuvusi par vienu no modernākām plaša profila ambulatorām ārstniecības iestādēm ar lielāko dienas stacionāru Rīgā, mūsdienīgākām un modernākām tehnoloģijām un ārstniecības metodēm un augstas klases speciālistiem. SIA “Rīgas 1.slimnīca” ir izveidota un aprīkota ar Latvijā modernākām robotizētām tehnoloģijām rehabilitācijas klīnika, tiek piedāvāti arī ūdensdziedniecības pakalpojumi, tai skaitā pašiem mazākajiem pilsētas iedzīvotājiem - zīdaiņiem. SIA “Rīgas veselības centrs” savus pakalpojumus sniedz blīvi apdzīvotajās apkaimēs, tuvāk iedzīvotāju dzīvesvietai. SIA “Rīgas veselības centrs” divas filiāles (Imanta un Bolderāja) ir pārcēlušās speciāli poliklīnikas vajadzībām projektētās

un uzbūvētās mājās, kur tiek nodrošināta vides pieejamība gan personām ar funkcionāliem traucējumiem, gan personām ar bērnu ratiņiem. SIA “Rīgas veselības centrs” filiāles Imanta un Bolderāja izvietotas sociālo ēku un sociālo pakalpojumu kompleksā, līdz ar to iedzīvotājiem ir ērti saņemt nepieciešamos sociālos un veselības pakalpojumus vienuviet. Plaši renovācijas un remontdarbi ir veikti arī citās SIA “Rīgas veselības centrs” filiālēs, piemēram, pilnībā renovēta un mūsdienīgām prasībām pielāgota ir Ilģuciema filiāle. SIA “Rīgas Dzemdību nams” ir valstī lielākā un modernākā dzemdību palīdzības iestāde. Lai uzlabotu pakalpojumu kvalitāti, ir veikti ne tikai ārējie uzlabojumi – fasādes siltināšanas darbi un logu nomaina, bet arī uzlabotas un remontētas iekšējās telpas - dzemdību zāles, jaundzimušo intensīvās terapijas telpas, pirmsdzemdību palātas, ģimenes palātas u.tml., kā arī iegādāta modernākās tehnoloģijas un aparatūra jaundzimušo un dzemdētāju drošībai un komfortam.

SIA “Rīgas 2.slimnīca”, kas specializējas traumu un kaulu balsta aparāta slimību ārstēšanā, lai uzlabotu pakalpojumu kvalitāti un efektivitāti, katru gadu atjauno pielietojamās tehnoloģijas, iegādājas modernāko aparatūru, piemēram, digitālo rentgena iekārtu, kas īpaši paredzēta traumatoloģijas pacientu diagnostikai.

Lai nodrošinātu pakalpojumu pieejamību visiem Rīgas pilsētas iedzīvotājiem, Rīgas pašvaldībā ir nodrošināts plašs sabiedrisko

transportu maršrutu tīkls, un vairākām iedzīvotāju kategorijām tiek paredzēti braukšanas maksas atvieglojumi. Pasažieru ērtībai Rīgas pilsētas sabiedriskā transporta maršrutu tīklā ir pieejams zemās grīdas transports, kas īpaši piemērots pasažieriem ar kustību traucējumiem un vecākiem ar bērnu ratiņiem

Iestājoties Covid-19 pandēmijai, veselības aprūpes kapitālsabiedrības darbu turpināja, iespēju robežās tika nodrošinātas attālinātās konsultācijas. Abās stacionārajās ārstniecības iestādēs tika apkalpoti arī pacienti ar Covid-19 infekciju, ievērojot visus epidemioloģiskās drošības noteikumus. SIA “Rīgas Dzemdību nams” ir veicis Infekciju izolatora ar operācijas bloka izveidi un aprīkošanu Covid-19 pacientu aprūpei. Savukārt situācijai ar infekcijas izplatību pasliktinoties, kad Latvijas slimnīcu noslodze bija tuvu kritiskai, SIA “Rīgas 1.slimnīca”, neskatoties, ka ir ambulatorā ārstniecības iestāde, atsaucās uz valsts aicinājumu un nāca palīgā, izveidojot Covid-19 stacionāro nodaļu, nodrošinot līdz 150 gultas vietām. Arī SIA “Rīgas 2.slimnīca” veicot pārprofilēšanu un pārtraucot traumatoloģijas pakalpojumu sniegšanu iesaistījās stacionāro pakalpojumu sniegšanā Covid inficētiem pacientiem, nodrošinot līdz 150 Covid-19 pacientu gultas vietas. Uzlabojoties epidemioloģiskai situācijai valstī, SIA “Rīgas 2.slimnīca” atguva savu sākotnējo specializāciju, taču turpināja sniegt veselības aprūpes pakalpojumus arī Covid-19 inficētiem traumatoloģiskā profila pacientiem.

Rīgas domes Labklājības departaments sadarbība ar biedrību “Latvijas Sarkanais Krusts” nodrošina piecu Veselības istabu darbību Rīgas pašvaldībā. Veselības istabu darbības nodrošināšanas mērķis ir uzlabot Rīgas iedzīvotāju informētību par veselību ietekmējošiem faktoriem, saslimšanas riskiem un to profilaksi, kā arī par citiem veselības veicināšanas jautājumiem. Veselības istabās jebkuram Rīgas iedzīvotājam bija iespēja bez maksas saņemt medicīnas darbinieka konsultācijas, noteikt savu ķermeņa masas indeksu un izmērīt arteriālo asinsspiedienu.

Savukārt lai veicinātu asinsdonoru kustību, Labklājības departaments sadarbībā ar biedrību “Latvijas Sarkanais Krusts” turpināja apmaksāt daļēju transporta izdevumus iedzīvotājiem, kuri nodevuši asinis Valsts asinsdonoru centrā (Sēlpils ielā 6 un Merķeļa ielā 11).[33]

5.3. RĪCĪBAS VIRZIENS- VESELĪGA PILSĒTVIDE

Veselīga pilsētplānošana ir plānošana priekš cilvēkiem, paredzot, ka iedzīvotāju veselība un labklājība tiek izvirzīta kā galvenais mērķis. Veselīgas pilsētas pieeja ietver sabiedrības vienlīdzību, starpsektoru sadarbību - attīstot horizontālo skatījumu uz veselības ietekmējošām nozarēm, pilsētu ilgtspējīgu attīstību, kā arī iesaistot vietējās kopienas. Būtiska veselīgas pilsētas politikas sastāvdaļa ir uz pierādījumiem

balstīta lēmumu pieņemšana gan veicot pētījumus, gan datu monitoringu un to analīzi. Jāizprot, ka iedzīvotāju veselība, vides ilgtspējīgums un klimata pārmaiņas ir procesi, kas veido savstarpēju ietekmi. [20]

Pārņemti Rīgas domes Attīstības programmā 2022.-2027. gadam noteiktie uzdevumi:

- 5.3.1. Padarīt sabiedrisko transportu par Rīgas mobilitātes mugurkaulu un veidot **ērtu un drošu mobilitāti** daudzveidīgas publiskās ārtelpas attīstībai. **Ieviest mobilitātes hierarhiju;**
- 5.3.2. **Attīstīt apkaimju centrus,** veicinot publiskās ārtelpas funkcionālo daudzveidību;
- 5.3.3. Saglabāt, pilnveidot un ilgtspējīgi apsaimniekot **zaļo infrastruktūru Rīgā;**
- 5.3.4. Veicināt plašāku **pieejamību krastmalām un ūdens telpām** un to lietojumu, kā arī attīstīt nepieciešamo infrastruktūru;
- 5.3.5. Veidot vienotu un **pieejamu publiskās ārtelpas tīklojumu** ar ērtu navigāciju un pārdomātu pilsētvides komunikāciju;
- 5.3.6. **Veidot pilsētas iedzīvotājiem un viesiem drošu pilsētvidi;**

5.3.7. Nodrošināt **mājokļu pieejamību** dažādām iedzīvotāju grupām;

5.3.8. **Uzlabot vides kvalitāti.**

Rīgas Attīstības programmā 2022.– 2027. gadam (AP2027) ir noteikti vairāki horizontālie virzieni, kas caurvij visas deviņas prioritātes, piemēram, klimata pārmaiņu mazināšana un adaptēšanās klimatam, Rīgas kopienu iesaiste un pilnvarošana, kā arī iekļaujoša sabiedrība, digitalizācija. Šīs horizontālie virzieni saistīti ar sabiedrības veselību un veselīgas pilsētvides īstenošanas konceptu. Saskaņā ar iepriekš minēto programmu, stratēģiski horizontālie virzieni kalpo kā atslēgas vārdi kompleksām pārmaiņām Rīgas Attīstības programmas 2022. – 2027. gadam ietvaros. Veselīgas pilsētvides koncepts tiešā veidā ir ietverts vairākās ***Rīgas Attīstības programmas 2022.-2027.gadam prioritātēs:***

- Ērta un videi draudzīga pārvietošanās pilsētā;
- Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide;
- Laba vides kvalitāte un noturīga pilsētas ekosistēma klimata pārmaiņu mazināšanai;
- Daudzveidīgu un kvalitatīvu mājokļu pieejamība

Mūsdienīga pilsēta ir vieda pilsēta, ar datus balstītu pilsētas pārvaldību, ka veicinātu gan uz pierādījumiem balstītu

lēmumpieņemšanu, gan videi draudzīgākas mobilitātes attīstību un iekļaujošākas, drošākas pilsētvides veidošanu.

Rīgas dome 2021. gadā ir parakstījusi **Eiropas Zaļo pilsētu vienošanos** (“Green city accord”), tādējādi pievienojot Rīgu Eiropas pilsētu kustībai, kurā vairāk kā septiņdesmit pilsētu mēri apņemas aizsargāt dabisko vidi. Sadarbība palīdzēs pilsētām panākt tīrāku un veselīgāku vidi, tādējādi uzlabojot iedzīvotāju dzīves kvalitāti. Šajā nolīgumā pašvaldības iestādes apņēmas līdz 2030. gadam sasniegt vērīnīgus vides mērķus attiecībā uz gaisu, ūdeni, dabu un bioloģisko daudzveidību, aprites ekonomiku un atkritumiem, kā arī troksni. Jāpiemin, ka Rīgas pašvaldība ir partneris pētnieciskajā projektā NonHazCity, kas ir ES Interreg Baltijas jūras reģiona programmas 2014. – 2020. gadam. Projekta ietvaros tika meklētas iespējas pašvaldībām un notekūdeņu attīrīšanas stacijām samazināt prioritāro bīstamo vielu u.c. piesārņojuma emisiju no maza mēroga emitētājiem pilsētas robežās, kas nav iespējams ar tradicionālām ūdens attīrīšanas metodēm. [81;82]

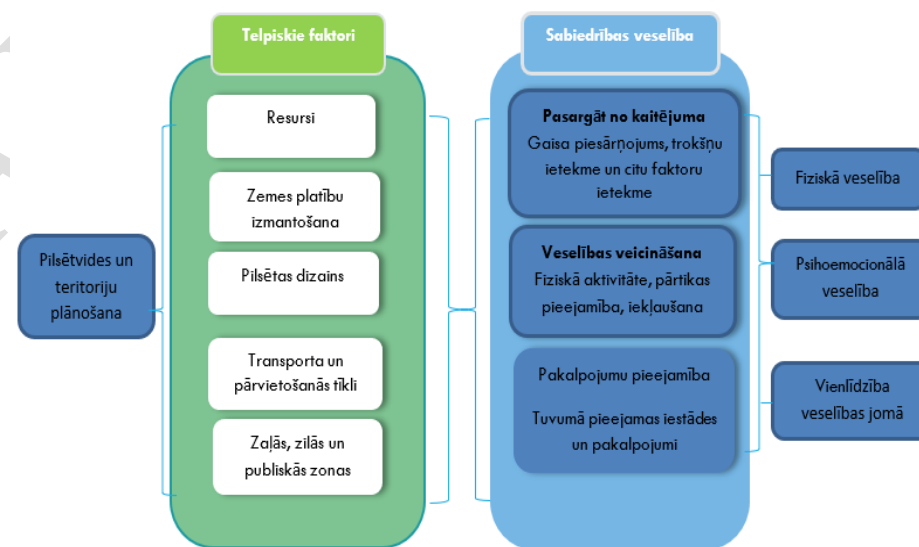
Sadarbībai starp vides un veselības nozari ir būtiska nozīme veselību veicinošas sociālās un fiziskās vides veidošanā. [13] Skats caur “veselības prizmu” pilsētplānošanā var palīdzēt sasniegt vienlaicīgi vairākus mērķus - vides, ekonomiskos, veselības un sociālās vienlīdzības (skat. 4.attēls).[7] Jau pagājušā gadsimta 80.

gados PVO bija atzinusi, ka izpratnes veicināšanai par pilsētvides ietekmi uz cilvēku veselību ir būtiska prioritāte.[6] Saskaņā ar ANO Jauno pilsētu programmu (New Urban Agenda) būtiski ir iekļaut veselības jautājumu pilsētu lēmumpieņemšanas procesā - pārvaldībā, pilsētvides plānošanā, finanšu jomā, vērtējot iespējamo ietekmi uz veselību.[7] Veselīgas pilsētas ir ilgtspējīgas un noturīgas. Saskaņā ar PVO atzinumu, ieviešot veselīgas pilsētvides dizainu un infrastruktūra, tiek vienlaicīgi veicināta pilsētu klimatnoturība un vides piesārņojuma mazināšana.[7] Pilsētas ir būtisks klimata pārmaiņu mazināšanas posms, jo tās atbildīgas par augstu enerģijas patēriņu un rada aptuveni 70% no pasaules siltumnīcefekta gāzu (SEG) emisijām, tajā pat laikā pilsētas ir īpaši neaizsargātas pret klimata pārmaiņu ietekmi. Labi veidotām pilsētu infrastruktūrām un zaļajām zonām var būt daudz priekšrocību: uzlabota gaisa kvalitāte, labāks mikroklimata regulējums un uzlabota drošība, sociālā integrācija un sabiedrības veselība. Lēmumiem, kuri tiek pieņemti citās nozarēs kā transporta, mājokļa, enerģētikā u.c. ir būtiska ietekme uz pilsētas iedzīvotāju veselību. Nozarēm kopā strādājot, var tikt sasniegti vairāki mērķi vienlaicīgi, tajā skaitā nodrošinot labāku veselības veicināšanu un slimību profilaksi un mazinot nevienlīdzību veselībā.[6; 8;83] Saskaņā ar PVO vadlīnijām, lai veicinātu ilgtspējīgu pilsētas attīstību, ir nepieciešami 5 kritēriji:

- Veidot kompaktas apdzīvotas vietas;

- Plānot un veidot sociāli iekļaujošas vietas;
- Labāk savienota infrastruktūra;
- Plānot vietas, kuras noturīgas pret klimata pārmaiņām un dabas katastrofām;
- Institūcijas ar integrētu plānošanu, ņemot vērā veselības aspektu [8]

4. attēls Kā pilsētvides faktori ietekmē veselību un vienlīdzību veselības jomā.[7]



Avots: Pielāgots Lan.al., 2018

Saskaņā ar PVO atzinumu, veselīga un ilgtspējīga vide ir viens no pamatfaktoriem, lai uzlabotu veselību un novērstu saslimstību. Tas, kā pilsētas tiek plānotas un veidotas, var ietekmēt būtiskas sabiedrības veselības problēmas, piemēram, onkoloģijas profilaksi, attīstot pilsētu

zaļās zonu un fiziskās aktivitāšu iespējas.[83] Pilsētas vidi dažkārt dēvē par aptaukošanos veicinošu, jo tā var atturēt no fiziskām aktivitātēm un veicināt mazāk veselīga uztura izvēli, piemēram, palielināta pārtikas mārketinga ietekme, ātrās ēdināšanas vietu izplatība vai samazināta piekļuve svaigiem produktiem.[6 ;84] Pilsētās ir lielāks iedzīvotāju un infrastruktūras blīvums, kas izraisa augstāku trokšņu un gaisa piesārņojuma līmeni (arī iekštelpās), iespējamo pārapsūtinātību un pilsētu “siltuma salu” efektu un lielāku stresu. Tādējādi pilsētu teritorijas var radīt lielāku risku fiziskajai un garīgajai labklājībai.[6;85]

Kompakta pilsētvide. Arvien vairāk tiek vērsta uzmanība uz kompakta pilsētvides principu, kas sevī ietver ērtu piekļuvi pakalpojumiem, efektīvu sabiedrisko transportu, piemērotu infrastruktūru gājējiem un velobraucējiem. Šāda kompakta pilsētvide var samazināt gaisa piesārņojumu, tajā skaitā var samazināt siltumnīcas efekta izraisīto gāzu emisiju, samazināt satiksmes negadījumu skaitu un veicināt vairāk iedzīvotāju fiziskās aktivitātes.[7;86] Saskaņā ar Pasaules Veselības organizācijas pausto, nākotnes pilsētās būs jāoptimizē publiskās telpas veidošana un izmantošana, lai tā būtu droša, pieejama un iekļaujoša visiem.[6] Šādi mērķi ir ietverti arī Rīgas ilgtermiņa stratēģijā - “*Rīgai 2030. gadā saviem iedzīvotājiem ir jānodrošina visaugstākās kvalitātes*

pilsētvide. “Īsu attālumu pilsēta” ir labāka pilsēta dzīvošanai. Tā ir pilsēta, kurā lielu lomu var spēlēt staigāšana un riteņbraukšana. Īsas distances ir saistītas ar kompaktu attīstību, blīvumu un labu teritorijas plānošanu. Tāpat īsās distances ir saistītas arī ar visu apkaimju augstas kvalitātes publiskajām ārtelpām, radot pievilcīgus vietējos galamērķus.”[2]

Iekļaujoša pilsētvide. Veselīga dzīvesveida veicināšana un veselības aprūpes uzlabošana ir īpaši svarīga visām iedzīvotāju vecuma grupām. Veselīgas pilsētas viens no būtiskiem rādītājiem ir tās piemērotība dažādām iedzīvotāju vecuma grupām, drošība un pieejamība. Ņemot vērā demogrāfiskās izmaiņas, it īpaši iedzīvotāju novecošanos, īpaša uzmanība jāpievērš, lai publiskās telpas būtu piemērotas gados vecākiem iedzīvotājiem.[6;87] Veselību veicinošas apkaimju stratēģijas veicina attīstīt apkaimju centrus, nodrošinot pakalpojumu attīstību tuvā distancē, sasniedzamus ar velosipēdu vai kājām. Pilsētvidi ir jāveido pieejamu visām sabiedrības grupām, it īpaši bērniem, vecākiem cilvēkiem un cilvēkiem ar invaliditāti, domājot par vairāk integrētu publiskā transporta sistēmu un veicinot pieejamību, piemēram, izvietojot rampas, pacelājus, liftus, kā arī atbilstošu infrastruktūru iedzīvotājiem ar redzas un dzirdes traucējumiem. Politikas, kas veicina veselību gandrīz vienmēr ir arī politikas, kuras veicina sociālo kohēziju. Vienlīdzīga pieeja parkiem,

zaļajām zonām ir gan būtiska fiziskai un garīgai veselībai, gan vienlīdzībai veselības jomā. Veselīga pilsēta ir arī sociāli iekļaujoša, kur plānošanas un lēmumpieņemšanas procesā tiek ņemti vērā visu sabiedrības locekļu uzskati un vajadzības.[7] ANO Ilgtspējīgas attīstības mērķis 11.7. nosaka līdz 2030. gadam nodrošināt drošu, iekļaujošu un pieejamu zaļo un sabiedrisko zonu vispārēju pieejamību, jo īpaši sievietēm un bērniem, veciem cilvēkiem un personām ar invaliditāti.[17] Kā būtisks jāmīn Rīgas pašvaldībā īstenotais projekts “GreenSAM”, kura mērķis bija veicināt zaļo mobilitāti Baltijas jūras reģiona pilsētās, pievēršoties vecāka gadagājuma pilsētas iedzīvotājiem, un to iespējām aktīvi izmantot videi draudzīgu pilsētas transportu. Projekta ietvaros tika identificētās problēmas, ar kurām saskaras vecāka gada gājuma iedzīvotāji, piemēram, nepiemērotas sabiedriskā transporta pieturvietas.[88;89] **Rīgas Attīstības programmas 2022.-2027. gadam 2. prioritātes “Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide” 5. uzdevums paredz – “Veidot pieejamu pilsētvidi dažādām iedzīvotāju grupām (bērniem, senioriem, jaunajām māmiņām, cilvēkiem ar kustību traucējumiem u.c.), tāpat pilsētvidei jābūt pielāgojamai un izmantojamai dažādās sezonās (pārdomāts materiālu lietojums)(....)”**. [3]

Apkaime un iedzīvotāju iesaiste. Būtiski ir iesaistīt vietējo kopienu apkārtējas vides un pilsētas plānošanā. Jēgpilna sabiedrības

līdzdalība veicina savstarpējo uzticību, savukārt lielākā spēja iesaistīties lēmumpieņemšanas procesā veicina gan individuālo, gan sabiedrības noturību. Šāda iedzīvotāju iesaiste ne tikai veicina atbalstu pilsētas īstenotajai politikai, bet arī piedāvātajām veselību veicinošām aktivitātēm, līdz ar to ir būtiski runāt ar sabiedrību par paredzamajiem veselības ieguvumiem, plānojot un ieviešot jaunus projektus.[7;64] Pilsētu apkaimju iedzīvotājiem ir būtiska loma, lai uzlabotu vietējo pilsētvidi. Vietējiem iedzīvotājiem un apkaimi pārstāvošajām organizācijām var būt būtiska informācija un zināšanas, lai uzlabotu apkārtējo vidi apkaimē, līdz ar to ir būtiski veicināt vietējo iedzīvotāju aktīvu iesaistīšanos plānošanas procesā. Jāņem vērā, ka iedzīvotājiem, kuri atrodas nelabvēlīgākā situācija, ir mazāka iespēja iesaistīties un piedalīties vietējos procesos, rīkoties, piekļūt finansējumam un nodrošināt pārmaiņas vietējā kopienā. Līdz ar to, lai samazinātu nevienlīdzību, ir būtiski domāt par visu sabiedrības grupu iesaisti. [6;90] Kā labs piemērs jāmīn 2018. gadā ar Eiropas Savienības programmas “Apvārsnis 2020” atbalstu īstenotais projekta “INHERIT” “Apdzīvotas vietas standarta” pilotprojekts Grīziņkalnā. Šajā projekta tika rīkotas fokusgrupas noteiktām mērķgrupām, piemēram, senioriem, ģimenēm ar bērniem, kā arī norisinājās intervijas cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem, sniedzot iespēju dažādām iedzīvotāju grupām izteikt viedokli par apkaimi.[91] Lai nodrošinātu uz lietotājiem centrētu risinājumu ieviešanu, sabiedrības iesaiste

būtiska ir visās pilsētvides uzlabojumu projektu stadijās - gan identificējot vajadzības, gan meklējot risinājumus, gan tos īstenojot. Vietējo kopienu iesaistei pilsētplānošanā ir būtiska nozīmē, jo tādejādi visefektīvāk iespējams pielāgot risinājumus vietējiem izaicinājumiem. Tomēr pozitīvā ietekme ir redzama ne tikai veiksmīgākos veselības pakalpojumu, brīvprīgie sporta u.c. infrastruktūras uzlabojumos - būtiska nozīme iekļaujošai plānošanai, kas balstās uz kopienu iespējošanu, ir arī iedzīvotāju psihoemocionālās veselības uzlabošanā. Tiek vairota iedzīvotāju iespēja ietekmēt procesus un redzēt iesaistes rezultātus, kā arī tiek veicināta saliedētu iedzīvotāju kopienu veidošanās, spēcinošas sociālās saiknes, kas īpaši būtiskas tām iedzīvotāju grupām, kas atrodas pakļautas sociālās atstumtības riskam.

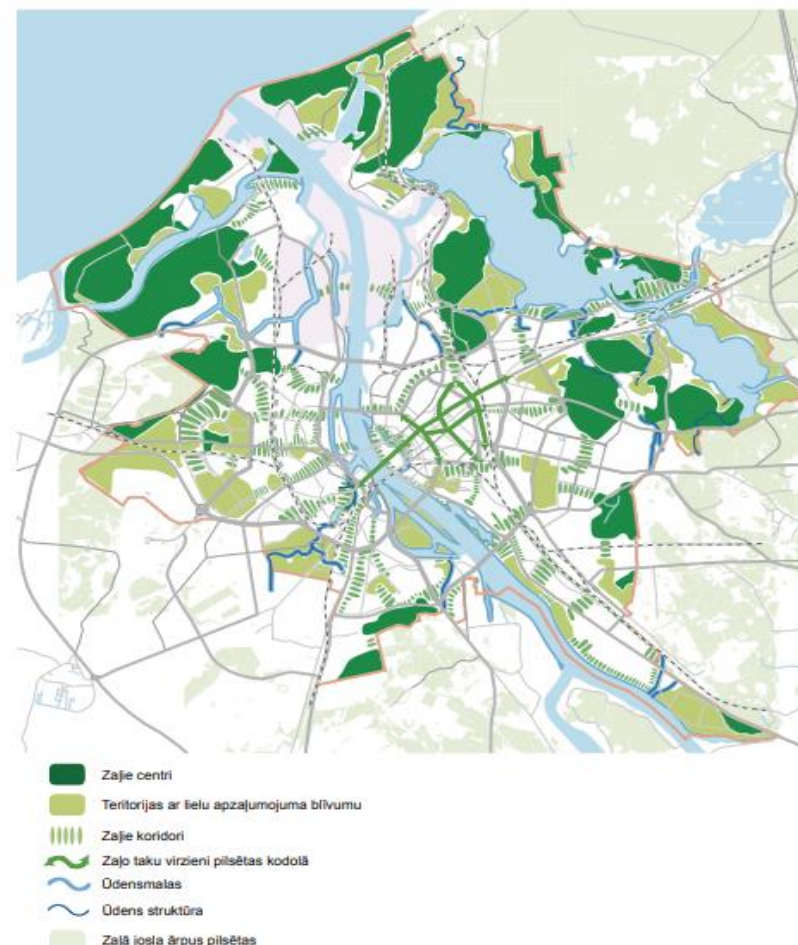
Rīgas Attīstības programmas 2022.-2027. gadam 2. prioritātes “Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide” 1.uzdevums paredz Attīstīt apkaimju centrus, veicinot publiskās ārtelpas funkcionālo daudzveidību (..)brīvprīgie sporta un aktīvās atpūtas objekti (vingrošanas rīki, slēpošanas trases u.tml.), rotaļlaukumi, vides elementi (velostatīvi, dzeramā ūdens punkti, publiskās tualetes, atkritumu urnas, soliņi u.tml.), kā arī citi labiekārtojuma elementi” Savukārt, 6. uzdevums paredz - “(...)Sekmēt sabiedrības iesaisti un līdzdarbošanos pilsētvides veidošanā, kā arī publisko un privāto partnerību, radot sadarbības platformu publiskās ārtelpas

iedzīvināšanai un uzturēšanai (inovācija sadarbībai ar biedrībām, aktīvistiem un uzņēmējiem)” [3]

Pilsētas zaļās zonas. Covid-19 pandēmijas laikā ieviestie ierobežojumi ir aktualizējuši pilsētvides zaļo zonu vērtību un to ietekmi uz mūsu fizisko un psihisko veselību.[92] Saskaņā ar PVO atzinumu, pilsētu zaļās zonas, uzlabojot gaisa un ūdens kvalitāti un mazinot trokšņu piesārņojumu, var samazināt ar pilsētvidi saistītos veselības riskus. Kā arī pilsētu zaļās zonas mazina stresu, veicina fizisko aktivitāti un iedzīvotāju savstarpējo socializāciju un saliedētību. [93] Pilsētās, tajā skaitā Rīgā, karstās vasarās var novērot “siltuma salu” efektu, kas ir augstāka temperatūra pilsētas apbūvētajā daļā, salīdzinot ar piepilsētas zonām. Pareiza pilsētas apbūve un apstādījumu apjomu palielināšanu var mazināt šo negatīvo ietekmi.[94] Ir pētījumi, kas liecina, ka parkiem ir būtisks atvēsinošs efekts ne tikai uz apzaļumoto zonu, bet arī apkārtējām ēkām. Parki kļūst arvien būtiskāki klimata pārmaiņu jautājumā, mazinot karstuma viļņu efekta radītās sekas uz veselību. [95] **Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģijā līdz 2030. gadam** ir uzvērts, ka viena nozīmīgākajām Rīgas telpiskajām struktūrām ir dabas un apstādījumu teritorijas – meži, mežaparki, parki, skvēri, ūdensmalas, ģimenes dārziņi un atklātie ūdeņi (skat. 5 attēls).[2] Savukārt urbānās vides zaļie centri līdz ar dzīvojamo pilda arī kompensācijas funkciju – tās uzlabo pilsētas

mikroklimatu, samazina gaisa un trokšņa piesārņojumu, kā arī nodrošina rekreācijas iespējas blakus esošo blīvi apbūvēto teritoriju iedzīvotājiem. Rīgas valstpilsētas pašvaldības teritorijā ir ne tikai parki un dārzi, bet arī meži, kuru platība 2021. gadā bija 8990 ha, t.sk. īpaši aizsargājamās dabas teritorijas. Rīgā atrodas vairākas īpaši aizsargājamās dabas teritorijas (dabas parks “Piejūra”, dabas liegumi “Vecdaugava”, “Jaunciems”, “Krēmeri”, ģeoloģiskais un ģeomorfoloģiskais dabas piemineklis “Buļļu kāpas”. NATURA 2000 vietas ir dabas liegumi “Jaunciems” un “Vecdaugava” un dabas parks “Piejūra”. Saskaņā ar PVO, lai veicinātu zaļās zonas izmantošanu viens no būtiskiem aspektiem ir tajos īstenot pasākumus, tādējādi piesaistot iedzīvotājus. Rīgas domes Labklājības departaments jau ilgā laikā piedāvā aktivitātes Rīgas parkos un mežos, kurus iedzīvotāji aktīvi izmanto, piemēram, nūjošanas, brīvdabas vingrošanas nodarbības u.c. [93;2] **Rīgas Attīstības programmas 2022.-2027. gadam 2. mērķa “Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide” 2. uzdevums paredz saglabāt, pilnveidot un ilgtspējīgi apsaimnieko zaļo infrastruktūru Rīgā “(..) Izveidot, uzturēt un atjaunot mežus, mežaparkus, apstādījumus, dārzus, parkus, skvērus, pagalmus un to infrastruktūru, attīstīt ģimenes dārziņus, dabas takas, kā arī ierīkot laipas. Vērst uzmanību uz Rīgas savvaļas vērtībām.”** [3]

5. attēls Dabas teritoriju attīstības vadlīnijas. Rīgas ilgtermiņa attīstības stratēģija 2030. gadam.[3]



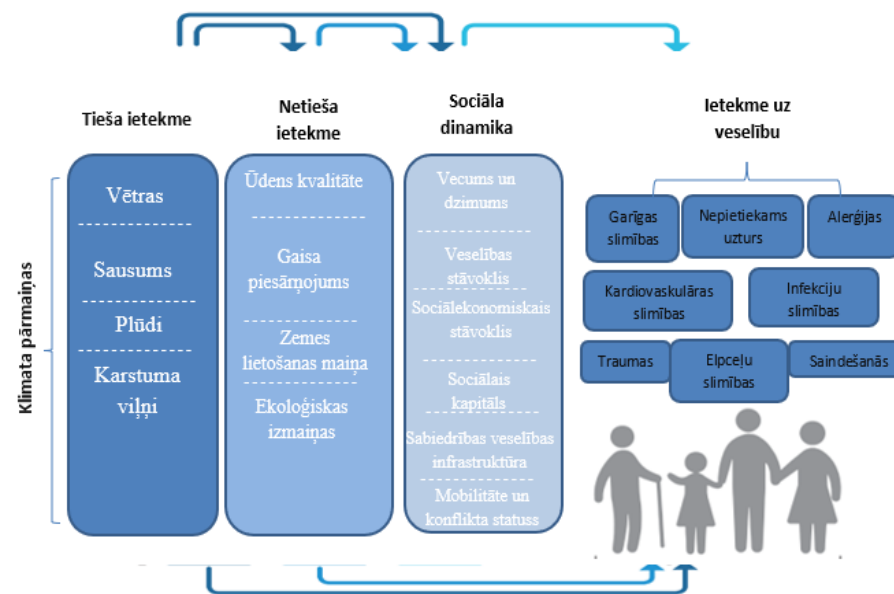
Klimats. Saskaņā ar PVO ziņojumu, klimata pārmaiņas ir lielākais 21.gs. izaicinājums cilvēka veselībai un attīstībai, kas pieprasa tūlītēju rīcību. Rīgas pilsēta kopā ar citām Eiropas Savienības pilsētām, ir

pievienojusies Parīzes klimata deklarācijai “Pilsētas, kas ved ceļu uz klimata neitralitāti” (“Cities leading the way to climate neutrality”), tā paredz, ka pilsētas apņemas pieņemt atbildīgus klimata politikas lēmumus.[96] Savukārt, PVO “Globālā stratēģija veselības, vides un klimata pārmaiņu jomā” nosaka aktīvāku starpsektoru sadarbību, domājot par veselību ietekmējošiem faktoriem visās nozarēs, kā arī sasniegt divkārtu ieguvumu gan veselībai, gan videi.[97]

Veselība ir būtisks aspekts ar klimatu saistītu politiku īstenošanai, domājot par cilvēku veselību, vides ilgtspējīgumu un klimata pārmaiņām. [85] Pilsētas ir būtiski virzītājspēki, lai īstenotu ar klimatu un veselību saistītas iniciatīvas. Klimata pārmaiņas var tieši vai netieši ietekmēt iedzīvotāju veselību (skat. attēls Nr.6), piemēram, klimata pārmaiņu izraisītie karstuma viļņi var izraisīt paaugstinātu mirstību no sirds un elpceļu slimībām, īpaši gados vecāko vai mazākaizsargāto iedzīvotāju vidū. Savukārt, vairāki faktori, kas negatīvi veicina klimata pārmaiņas arī negatīvi ietekmē cilvēku veselību, kā piemērs jāmin fosilā kurināmā dedzināšana - enerģijai, transportam un rūpniecībai, tas ir galvenais oglekļa emisiju avots, kas veicina klimata pārmaiņas un galvenais gaisa piesārņotājs, veicinot iedzīvotāju priekšlaicīgu mirstību.[6;98] Plānā par Latvijas pielāgošanās klimata pārmaiņām laika posmam līdz 2030. gadam viens no stratēģiskiem mērķiem nosaka, ka “Cilvēku dzīvība, veselība un labklājība, neatkarīgi no dzimuma, vecuma un sociālās piederības, ir pasargāta no klimata

pārmaiņu nelabvēlīgas ietekmes”. Saskaņā ar iepriekš minēto plānu, klimata pārmaiņas potenciāli visvairāk izjutīs sociāli mazāk aizsargātās sabiedrības grupas (ģimenes ar maziem bērniem, vecāka gadagājuma cilvēki, cilvēki ar hroniskām slimībām (t.sk. fiziskiem un garīgiem veselības traucējumiem), cilvēki ar invaliditāti, trūcīgi un maznodrošināti iedzīvotāji, personas, kuru dzīvesvieta ir attālināta no ekonomiski aktīvajiem reģionu centriem u.c.) [99]

6.attēls Tieša un netieša klimata pārmaiņu ietekme uz veselību.[85]



Uzturs, pārtikas aprīte un klimats. Vairāki dzīvesveida un uzvedības paradumi var samazināt pilsētas iedzīvotāju ietekmi uz vidi,

ne tikai izmantojot aktīvo vai publisko transportu vai ilgtspējīgus enerģijas avotus, bet arī ar veselīga uztura lietošanu (tajā skaitā daudzveidīga, sezonāla, samazinot gaļas patēriņu ikdienā) un atkritumu samazināšanu ikdienā. Veselīga un ilgtspējīga uztura lietošanai ir būtiska ietekme ne tikai uz cilvēka veselību, bet arī uz apkārtējās vides saglabāšanu.[6] Saskaņā ar Eiropas Ekonomikas un sociālo lietu komitejas atzinumu, pilsētas kļūst par svarīgu posmu ilgtspējīgas pārtikas sistēmu veicināšanā. Rīgas pašvaldība 2015. gadā parakstīja Milānā pieņemto Pilsētu pārtikas politikas paktu ar apņemšanos attīstīt pārtikas politikas virzienus un ilgtspējīgas pārtikas sistēmas, kas ir iekļaujošas, elastīgas, drošas un daudzveidīgas, nodrošina veselīgu un pieejamu pārtiku visiem cilvēkiem uz cilvēktiesībām pamatotā struktūrā, samazina atkritumus un saglabā bioloģisko daudzveidību, vienlaikus pielāgojoties klimata pārmaiņu ietekmei un mazinot tās. Kā pozitīvs fakts ir jāmin, ka SIA "Getliņi EKO" 2016. gadā ieguva Milānas Pārtikas pakta atbalvojumu par vienu no labākajām Eiropas galvaspilsētu un lielpilsētu īstenotajām iniciatīvām pārtikas atkritumu samazināšanas, apstrādes un pārstrādes jomā.[100;101;102] Eiropas zaļā kursa ietvaros ir svarīgi domāt par pārtikas apriti, tajā skaitā pašvaldībām, lai īstenotu stratēģijas “no lauka līdz galdam” izvirzītos mērķus. Arvien vairāk tiek uzsvērtā holistiski integrējošā koncepcija

“Viena veselība”, kas ietver ne tikai cilvēku, bet arī dzīvnieku, augsnes un augu veselību, tostarp ekosistēmas un vides veselību. [5]

Gaiss pilsētā. Gaisa piesārņojums ir šobrīd viens no lielākajiem vides riskiem veselībai, it īpaši pilsētās. Gaisa kvalitātes uzlabošana vienlaicīgi gan samazina neinfekciju slimību risku, gan samazina negatīvo ietekmi uz klimatu. Gaisa piesārņojums izraisa dažādas veselības problēmas, it sevišķi elpceļu un sirds asinsvadu slimības. Saskaņā ar OECD aprēķiniem, gaisa piesārņojums ES valstīs ik gadu rada 600 miljardus EUR lielus zaudējumus ekonomikas un labklājības jomā; šī summa ir līdzvērtīga 4,9% no ES 2017. gada IKP.[103;28] Ir vairāki risinājumi kā uzlabot gaisa kvalitāti, piemēram, uzlabojot transporta un enerģijas sistēmas. PVO ir izstrādājusi gaisa kvalitātes vadlīnijas, kas nosaka, ka slikta gaisa kvalitāte ir, ja smalkās daļiņas PM_{2.5} pārsniedz robežvērtību 10 mikrogramiem gaisa kubikmetrā (10 µg/m³). Saskaņā ar PVO izveidoto globālo paltformu par gaisa kvalitāti un veselību, Rīgas pilsēta pārsniedz iepriekš minēto robežvērtību. Savukārt saskaņā ar Eiropas Savienības politikas nostādņiem tūra gaisa nodrošināšanai Eiropā, smalko daļiņu gada robežvērtība ir 25 µg/m³, un, saskaņā ar šo robežvērtību, Rīgas gaisa kvalitāte ir novērtēta kā mērena (ja līmenis ir no 10 līdz mazāk nekā 15 µg/m³). [104;105] Smalkās daļiņas jeb “neredzamie putekļi” ir īpaši nopietns gaisa piesārņotājs, jo tām ir

vislielākā ietekme uz veselību, izraisot priekšlaicīgu nāvi un slimības. Ilgstoša PM_{2.5} iedarbība izraisa sirds un asinsvadu, elpošanas orgānu slimības, kā arī ļaundabīgos audzējus u.c. slimības.[106] Saskaņā ar LR Ministru kabineta 2009.gada 3.novembra noteikumiem Nr.1290 par gaisa kvalitāti, ir noteiktas koncentrācijas gaisu piesārņojošu un cilvēka veselībai kaitīgo vielu koncentrāciju - slāpekļa oksīdus (NO, NO₂), sēra dioksīdu SO₂, ozonu O₃, ogļūdeņražus (benzolu, toluolu, ksilolu), putekļus PM₁₀ un PM_{2.5}. Rīgas iedzīvotāji var sekot līdzi gaisa kvalitātei pilsētā, jo tiek veikts gaisa monitorings un dati tiek attēloti gaisa kvalitātes indeksa lapā diennakts griezumā (skat. <http://gmsd.riga.lv/>) . [107;108;109] Rīgas valstspilsētas pašvaldība ik pēc 5 gadiem izstrādā rīcības programmu gaisa kvalitātes uzlabošanai, un aktuālajā redakcijā **“Rīgas pilsētas gaisa kvalitātes uzlabošanas rīcības programmā 2021.-2025. gadam”** ir ietverti pasākumi piecu piesārņojošo vielu - slāpekļa dioksīda (NO₂), daļiņu PM₅ un PM_{2.5}, benzola un benz(a)pirēna - emisiju samazināšanai. Viens no gaisa piesārņojuma avotiem Rīgas pilsētā ir transports, un šī rīcības programma paredz, ka samazinoties privātajam transportam, samazināsies piesārņojošo vielu emisijas un to negatīvā ietekme uz cilvēka veselību Rīgas pilsētā.[40]

Rīgas Attīstības programmas 2022.-2027. gadam 3. prioritāte paredz labas vides kvalitāti un noturīgas pilsētas ekosistēmu klimata

pārmaiņu mazināšanai “(..)Radīt tādu vides kvalitāti, kas labvēlīgi ietekmē iedzīvotāju veselību, labsajūtu, un vēlmi būt fiziski, sociāli un ekonomiski aktīviem. Veidot un uzturēt patīkamu, daudzveidīgu un klimata pārmaiņām pielāgotu vidi, kurā dabā balstīti risinājumi sekmē vides kvalitāti, pielāgošanos klimata pārmaiņām un klimata pārmaiņu mazināšanu (..) mazināt ūdens, gaisa, trokšņa piesārņojumu, piesārņotu un potenciāli piesārņotu teritoriju platības.”[3]

Transports un mobilitāte. Transporta politikai ir būtiska loma sabiedrības veselības un ilgtspējīgas pilsētas attīstībai. Ceļu satiksmes drošības uzlabošana, priekšrokas sniegšana gājējiem un velobraucējiem, kompaktas pilsētas dizaina veicināšana, gaisa kvalitātes uzlabošana ar videi draudzīgiem pārvietošanās līdzekļiem, kā arī satiksmes sastrēgumu mazināšana ir svarīgs aspektu kopums iedzīvotāju veselības veicināšanai. [8;87] Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģijas noteiktais mobilitātes princips paredz, ka pilsētas kodolā, kur priekšroka pilsētas centrā tiek dota gājējiem, velobraucējiem un sabiedriskajam transportam Saskaņā ar Rīgas Attīstības programmu 2022.-2027. gadam, tieši transporta sektors Rīgas pilsētā ir galvenais CO₂ emitētājs.[3] Ilgtspējīgām, veselību veicinošām pilsētām ir nepieciešama pārorientācija uz efektīvu sabiedriskā transporta sistēmu un aktīviem pārvietošanās veidiem, piemēram, velosatiksmi. Velobraukšana un iešana ar kājām dod ievērojamu ieguvumus ne tikai

apkārtējai videi, bet kā fiziskā aktivitāte var mazināt aptaukošanos, sirds un asinsvadu slimības, 2. tipa cukura diabētu un noteiktus ļaundabīgā audzēja veidus un citas neinfekciju slimības. Papildus ieguvumi velobraukšanai ir gaisa piesārņojuma un trokšņu līmeņa samazināšanās, kā arī tiek samazināts traumatisma risks, it īpaši izmantojot piemērotu infrastruktūru.[6;11;83] Ilgtspējīgas, veselību veicinošas pilsētu politikas ar iekļaujošu vides infrastruktūru un efektīvu sabiedriskā transporta sistēmu veicina vienlīdzīgu pieeju nodarbinātībai un izglītības iespējām, pakalpojumiem un pilsētvides resursiem, tādejādi samazinot sociālo nevienlīdzību.[7;85] ANO Ilgtspējīgas attīstības mērķis 11.2 nosaka “Padarīt pilsētas un apdzīvotas vietas iekļaujošas, drošas, pielāgoties spējīgas un ilgtspējīgas”, līdz 2030. gadam “nodrošināt visiem piekļuvi drošām, cenās ziņā izdevīgām, pieejamām un ilgtspējīgām transporta sistēmām, uzlabot ceļu satiksmes drošību, jo īpaši paplašinot sabiedrisko transportu, īpašu uzmanību pievēršot vismazāk aizsargāto iedzīvotāju, sievietu, bērnu, cilvēku ar invaliditāti un vecu cilvēku vajadzībām.” [17] Savukārt Rīgas Attīstības programmas 2022.-2027. gadam 1. prioritāte Ērta un videi draudzīga pārvietošanās pilsētā nosaka, ka Pārvietošanās pilsētā ir ne tikai kāds specifisks pārvietošanās veids – tā ir arī pilsētas iepazīšana, cilvēku veselība un drošība, satikšanās veids, bērnu un jauniešu pārvietošanās brīvība, atpūta un darbs. (...)Šī prioritāte īsteno arī principu “veselība visās

politikās” ar drošu gājēju, veloinfrastruktūras, ūdenstransporta un daudzveidīgas publiskās ārtelpas attīstīšanu ērtai mobilitātei. Lai veicinātu iedzīvotāju mikromobilitāti, Rīgas Attīstības programma 2022.-2027. gadam paredz veidot maršrutu pieeju gājēju infrastruktūras uzlabošanā, ar mērķi izstrādāt maršrutus, kuros nodrošināta vides pieejamība un kuri savieno būtiskus pakalpojumu un interešu objektus pilsētā, kā arī vēršot uzmanību atbilstošu labiekārtojumu izveidei ielām ar gājēju prioritāti.[3]

Mājokļu pieejamībai un kvalitātei ir būtiska ietekme uz cilvēku labklājību. Savukārt slikti mājokļa apstākļi veicina nevienlīdzību veselībā. Bērni, gados vecāki iedzīvotāji, cilvēki ar invaliditāti un hroniskām saslimšanām vairāk laika pavada mājās, līdz ar to ir vairāk pakļauti ar veselību saistītiem riskiem, ko rada slikti mājokļa apstākļi. Pārāpdzīvotība, zemas/augstas temperatūras, ūdens un gaisa kvalitāte, traumatisma riski, pasīvās smēķēšanas riski, mājokļu pieejamība cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem u.c. faktoriem ir būtiska ietekme uz iedzīvotāju veselību. [110] Rīgas valstspilsētas pašvaldības kontekstā kā pozitīvs ir vērtējams ikgadējais piešķirtais finansējums pacēlāju ierīkošanai dzīvojamās mājās, kurās dzīvo personas ar kustību traucējumiem, kā arī personām ar invaliditāti, kuras pārvietošanas ratiņkrēslos. Arī Covid-19 pandēmijas radītie izaicinājumi ir likuši pārdomāt pilsētvides, dzīvesvietas,

mājokļu konceptu: vai tas ir piemērots tām personām, kurām bija jāatrodas pašizolācija, vai apkārtējā vide nodrošināja fizisko aktivitāšu iespējas, kā arī iespējas strādāt mājās, līdzsvarojot to ar ģimenes dzīvi.

Rīgas Attīstības programma 2022. - 2027.gadam 5. prioritātes “Daudzveidīgu un kvalitatīvu mājokļu pieejamība” 2. uzdevums paredz “nodrošināt mājokļu pieejamību dažādām iedzīvotāju grupām” apskatot dažādus mājokļu pieejamības aspektus – gan sociālo, gan ekonomisko, gan vides pieejamību.[3]

Drošība pilsētā ir būtisks pilsētas aspekts, kas var veicināt iedzīvotāju fizisko aktivitāti brīvā dabā un izmantot pilnvērtīgi vietējās apkaimes infrastruktūru. Rīgas pašvaldības policijas apkalpoto iedzīvotāju izsaukumu skaits ik gadu pieaug un 2020. gadā sasniedza 210 476, kas ir par 95 223 vairāk nekā pērn. Izsaukuma skaita pieauguma viens no iemesliem ir RPP mobilā lietotnes izveide, kur par likumpārkāpumiem personas var ātri un ērti iesūtīt fotoattēlus, videoierakstus un pievienot notikuma aprakstu, no kuriem populārākais ir par nepareizi novietotiem transportlīdzekļiem. Biežākie administratīvie pārkāpumi ir par alkohola lietošanu neatļautā vietā, atrašanos tā reibumā un ar atvērtu alkohola iepakojumu, par ceļu satiksmes kārtības neievērošanu, notikumi par gulošu personu, par konfliktiem un kautiņiem, par maksšķerēšanas un zvejas pārkāpumiem, par trokšņošanu. Būtiski nākotnē domāt par diennakts kafejnīcu

atrašanās vietām, pēc iespējas vairāk novēršot trokšņu līmeni apkārtējo daudzīvokļu māju iedzīvotājiem. Pārkāpumiem, kas saistīti ar ceļu satiksmes kārtību, proti, par ceļu satiksmes kārtības neievērošanu, t.sk. pagalmos, par ilgstoši atstātu vai pamestu transportlīdzekli, ir tendence palielināties. Lai uzlabotu sabiedrisko drošību, lielākajās cilvēku koncentrācijas vietās, tiek veikta sabiedriskās kārtības un drošības uzraudzību nepārtrauktā diennakts režīmā ar 229 videonovērošanas kameru starpniecību. Videonovērošanas centrs 2020. gadā fiksēja 3336 pārkāpumus, kas ir par 158 mazāk nekā pērn. Biežākie fiksētie pārkāpumi ir par alkoholisko dzērienu lietošanu neatļautā vietā, par ubagošanu, guļošanas personas, par kautiņiem, par tirdzniecību neatļautā vietā, par ceļu satiksmes kārtības pārkāpumiem, par dabisko vajadzību nokārtošanu tam neparedzētā vietā un par zādzības, laupīšanas izdarīšanu. 2020. gadā tiesībsargājošajām iestādēm iesniegtie videonovērošanas sistēmas ieraksti Kriminālprocesa ietvaros ir 1053, kas ir par 310 vairāk nekā pērn. Svarīga darba sastāvdaļa drošības veicināšana peldvietās, 8 glābšanas stacijas – Bābelītes, Daugavgrīvas, Ķīpsalas, Ķīšezera, Lucavsālas, Promenādes, Vakarbuļļu un Vecāķu, kurās glābēji strādā no 15. maija līdz 15. septembrim un notiek policistu patrulēšana preventīvajā jomā, lai nerastos situācijas, kad jāsniedz palīdzība, kā arī palīdz noklīdušiem bērniem atrast viņu vecākus un sniedz medicīnisko palīdzību tiem, kas peldvietās nokļuvuši nelaimē.

Rīgas pašvaldības policijas Stratēģiskais plāns 2021.-2024.gadam paredz stiprināt klātbūtni apkaimēs un nedrošības sajūtas mazināšanu, darba atklātību un sabiedrības uzticības veidošanu, kas sevī ietver darbu ar ievainojamām sabiedrības grupām, un darba efektivitātes uzlabošanu. Plāns paredz paplašināt pilsētas videonovērošanas centru, izvietojot kameras pilsētas nedrošākajās apkaimēs, dažādu analītisko rīku ieviešanu videonovērošanā, notikumu kartēšanu, patrulēšanas modeļa uzlabošanu un reaģēšanas laika uz ārkārtējiem notikumiem samazināšanu. [111] **Rīgas Attīstības programma 2022.-2027.gadam** **2. prioritātē “Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide” 7. uzdevums** paredz “Veidot pilsētas iedzīvotājiem un viesiem drošu pilsētvidi”. *Nepieciešams identificēt iedzīvotājiem nedrošās teritorijas un veikt padziļinātu to drošības auditu. Savukārt 6. prioritātē “Mūsdienīga un atvērta pilsētas pārvaldība” 8. uzdevums* paredz veicināt visu ar drošību saistīto uzturētāju (pašvaldības policijas, glābšanas dienestu) kapacitāti, tajā skaitā turpināt un pilnveidot preventīvo un audzinošo darbu ar bērniem un jauniešiem. [3]

UZRAUDZĪBAS SISTĒMA

Rīgas domes Pilsētas Attīstības departaments nodrošina Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģijas un attīstības programmas ieviešanas uzraudzība un novērtēšanas sistēmas (Stratēģijas uzraudzības sistēma

jeb SUS) koordinēšanu un īstenošanu. Stratēģijas uzraudzības sistēma izvērtē pašvaldības attīstību, fiksējot pārmaiņas gan pašvaldībā kopumā, gan atsevišķās jomās. Uzraudzība notiek izmantojot informācijas apkopošana un datu analīzi, tajā skaitā ņemot vērā iedzīvotāju un ekspertu vērtējumu.

4. NOBEIGUMS

Pilsētas saskaras ar vairākiem izaicinājumiem, kā piemēram klimata pārmaiņas, kā arī sociālā un ekonomiskā nevienlīdzība. Tomēr ir jādoma par ilgtspējīgiem, starpsektorāliem risinājumiem, kas sniedz daudzkārtējus ieguvumus gan sabiedrības veselībai, gan ekonomikai un pilsētas vides ekosistēmai kopumā. Lai ilgtermiņā nodrošinātu sabiedrības veselības veicināšanu, kā arī panāktu Rīgas pašvaldības valstspilsētas Attīstības programmā 2022.-2027.gadam nospraustos mērķus un sasniegtu rezultatīvos rādītājus, nepieciešams aktīvi investēt sabiedrības veselības politikas īstenošanā it īpaši šajā ekonomiski izaicinošā laikā, kad prioritizētas investīcijas spēj ietekmēt pilsētas attīstības nākotni. Sabiedrības veselība ir interešu krustpunkts vairākām nozarēm, tādejādi sniedz iespēju dialogam kopēju mērķu sasniegšanai. Rīgas valstspilsētas pašvaldība ir sevi pierādījusi kā proaktīva sabiedrības veselības iniciatīvu realizētāja. Nākotnes attīstībā veselīga pilsēta ir kompakta, ar attīstītām pilsētas apkaimēm,

tīru gaisu un pietiekamu zaļo infrastruktūru, kurā dzīvo veselībratīgi iedzīvotāji, kuriem ir iespējas sasniegt savu veselības potenciālu.[112]

Sabiedrības veselības speciālistes Dr.med., mg.sc.sal. Laumas

Sprinģes vērtējums par Sabiedrības veselības attīstību Rīgas

pilsētā: *Nākotnes izaicinājumi sabiedrības veselībā Rīgas pilsētā saistāmi gan ar vietējās sabiedrības vajadzībām, gan globālajām veselības jomas tendencēm pilsētvidē. Rīgas pilsētas iedzīvotāju dabiskā pieauguma rādītāji ir ar negatīvu tendenci un iedzīvotāju vecumstruktūra liecina par populācijas novecošanos. Šāda tendence novērojama arī citās Eiropas pilsētās un tā veido augstu demogrāfisko slodzi, tādēļ ar veselību saistītajām aktivitātēm ir jābūt mērķtiecīgi orientētām uz dažāda vecuma iedzīvotāju grupām.*

Veselīgās pilsētās neatsverama loma ir arī atbalstošai fiziskajai un sociālajai videi. Rīgas iedzīvotājiem ir plaši pieejams veselību veicinošo aktivitāšu klāsts. Pašreizējais veselību veicinošo aktivitāšu piedāvājums ir vērtējams pozitīvi, tomēr būtiski ir nodrošināt šo aktivitāšu ilgtspēju, neatkarīgi no papildu finansējuma esamības, piemēram, projektu finanšu līdzekļu piesaistes iespējām.

Veselīgs rīdzinieks ir Rīgas pilsētas pamatvērtība, kas uzsvērtā arī Rīgas pilsētas pašvaldības sabiedrības veselības politikas

stratēģiskajā plānā 2022. – 2027. gadam. Ērta, droša un veselīga pilsētvide, ekonomika kā sociālās sistēmas pamats un piederības sajūta sabiedrībai ir pamatelementi Rīgas pilsētas pašvaldības iedzīvotāju veselības aizsardzībā un veselības veicināšanā. Šo principu ieviešanā īpaša loma ir starpsektoru sadarbībai starp publisko, privāto un brīvprātīgo, un nevalstisko sektoru organizācijām, ko paredz arī PVO Veselīgo pilsētu programmas pieeja. Starpsektoru sadarbība var palīdzēt rast inovatīvus risinājumus aktuālām mūsdienu sabiedrības veselības problēmām. Starpsektoru sadarbībai ir jābūt rutīnas veselības veicināšanas darba sastāvdaļai, nevis kampaņveidīgai rīcībai, tādēļ tās sekmīgai nodrošināšanai ir jāparedz sistemātiski plānotas darbības un pietiekami resursi – gan materiālie resursi, gan cilvēkresursi, tai skaitā kompetentu speciālistu pieejamība.

Nākotnes veselīgajām pilsētām ir būtiska loma arī ilgtspējīgas attīstības nodrošināšanā – gan vides ilgtspējas, gan vides daudzveidības. Ilgtspējīga pilsēta ir “zaļa pilsēta” ar zemu siltumnīcefekta gāzu emisiju. Arvien vairāk sabiedrības veselības pētījumu pierāda pilsētas zaļo zonu labvēlīgu ietekmi uz iedzīvotāju fizisko un psihisko veselību, tādēļ zaļo zonu veidošana pilsētās ir viens no mūsdienu pilsētvides attīstīšanas piemēriem, kas atstāj pozitīvu efektu gan uz ekosistēmu, gan iedzīvotāju veselību.

1. PIELIKUMS RĪGAS IEDZĪVOTĀJU VESELĪBA. SITUĀCIJAS ANALĪZE

Plānojot programmas un aktivitātes, būtiska loma ir pieejamo datu analīzei, situācijas izpētei, kas ļauj sekojoši pieņemt uz pierādījumiem balstītus lēmumus. Analizējot Rīgas iedzīvotāju veselību, tiek izvērtēti pieejamie statistikas dati gan par Rīgu, gan Latviju kopumā. Situācija sabiedrības veselībā Rīgas pilsētā kopumā ir līdzīga kā Latvijā, ar noteiktiem izņēmumiem, piemēram, saslimstība ar HIV, kas ir vidēji divas reizes lielāka Rīgā nekā visā Latvijā kopumā. Līdz ar to gadījumos, kad nav pieejami aktuālie dati tieši par Rīgas pilsētu, ir izmantojami un pielīdzināmi pieejamie dati par kopējo situāciju Latvijā. Lai gan vienmēr jāņem vērā Rīgas kā galvaspilsētas faktors, kas nodrošina lielāku veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību, tajā skaitā arī slimību diagnostiku.

Rīga no 2014. gada veic sabiedrības veselības datu apkopošanu Rīgas pilsētas Veselības profila formātā, kā arī ir pieejami Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) izveidotie pilsētu un reģionu veselības profili. Kā arī īstenotās Rīgas pašvaldības sabiedrības veselības aktivitātes tiek apkopotas Rīgas pilsētas ilgtermiņa stratēģijas uzraudzības sistēmā (SUS). Situācijas analīzei būtiski ir SPKC veiktā datu analīze un īstenotie pētījumi, kā arī Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2021.-2027. gadam.[12;43;113;114;115]

Rīgas pilsētā dzīvo vidēji 33% Latvijas iedzīvotāju, tomēr pēdējos gados ir novērojams **iedzīvotāja skaita samazinājums**, 2010. gadā Rīgā bija 673,4 tūkstošiem iedzīvotāju, bet jau 2020. gadā šis skaitlis ir nokrities līdz 627,5 tūkstošiem.[43,116;117]. Viens no būtiskiem sabiedrības veselības rādītājiem ir jaundzimušo paredzamā mūža ilgums, kas 2019. gadā Rīgā bija 76,5 gadi, tas ir augstāks rādītājs nekā citos Latvijas reģionos, tomēr vēl joprojām atpaliekam no Eiropas Savienības vidējā rādītāja - 81 gads[12;118] Jāuzver, ka vēl joprojām saglabājas paredzamā dzīves ilguma atšķirība starp dzimumiem, tas ir - sievietes vidēji dzīvo 10 gadus ilgāk nekā vīrieši. Šādas atšķirības ir izskaidrojamas ar neveselīgāku dzīvesveidu - smēķēšana, lielāks alkohola patēriņš, neveselīgāks uzturs, līdz ar to augstāk mirstība no sirds un asinsvadu slimībām, ļaundabīgiem audzējiem un citām slimībām. Kā arī vīrieši vairāk mirst no vardarbīgas nāves, pašnāvībām un nelaimes gadījumiem.[12;45] Analizējot vecumsastāvu var redzēt kopēju tendenci gan Rīgā, gan Latvijā, tā ir **sabiedrības novecošanās**. Iedzīvotāju vecumsastāvs ir būtiskākais demogrāfiskais rādītājs, kas raksturo izmantojamo darbaspēku, potenciālos vecākus jaunās paaudzes radīšanai, apgādājamo un aprūpējamo skaitu, tā samēru ar personām darbības vecumā, kā arī minēto vecuma pamatgrupu paredzamās pārmaiņas turpmākajos 10 – 20 gados. Salīdzinājumā 2011. gadā Rīgas iedzīvotāju īpatsvars vecumā 65 gadi un vairāk bija 19%, bet 2020. gadā šis rādītājs jau sasniedza 21% [114;116]. Jāņem vērā,

ka pieaugot gados vecu cilvēku īpatsvaram sabiedrībā, pieaug pacientu skaits ar hroniskām slimībām, dati liecina, ka pusei Latvijas iedzīvotāju vecumā no 65 gadiem ir hroniskās slimības – 33% ir vismaz viena hroniska slimība, savukārt 17% ir vismaz divas hroniskas slimības. [12;45] Līdz ar to nākotnē kļūs arvien aktuālāki jautājumi par veselības veicināšanu senioru vecuma grupai, pielāgotas vides un pakalpojumu sniegšanu seniora vecuma iedzīvotājiem.[119]

Lai gan pēdējās desmitgades kopējā sabiedrības veselības situācija uzlabojas, palielinās vidējais mūža ilgums, tomēr Latvijas Sabiedrības veselības rādītāji atpaliek no citām ES dalībvalstīm. Kā arī **samazinās to respondentu - rīdzinieku īpatsvars, kuri uzskata savu veselības stāvokli** par labu vai diezgan labu: 2014. gadā - 66%, 2016. gadā - 61%, 2018. gadā attiecīgi - 43%. [120] Viens no iemesliem ir augstā **mirstība no nāves cēloņiem**, kas būtu **novēršami ar profilaksi**, tas ir Latvijā ir 328,9 gadījumi uz 100 000 iedzīvotāju, savukārt vidēji Eiropas Savienībā 160,4 gadījumi uz 100 000. [12,45] Tā kā viens no sabiedrības veselības mērķiem ir ne tikai, lai iedzīvotāji dzīvotu ilgāk, bet dzīvotu veselīgi, būtisks ir **paredzamais veselīgā mūža rādītājs** jeb gadu skaits, kas tiks nodzīvoti veselīgi un bez funkcionāliem traucējumiem un ierobežojumiem, šis rādītājs Latvijā ir zemākais Eiropas Savienībā, attiecīgi 2018. gadā sievietēm 53,7 gadi, vīriešiem – 51 gads. [12] Galvenie nāves cēloņi Rīgas pilsētā ir līdzīgi kā Latvijā kopumā - sirds un asinsvadu slimības (vidēji 694 uz 100 000 iedzīvotāju), ļaundabīgie audzēji (vidēji uz 100 00 iedzīvotāju), ārējie nāves cēloņi (vidēji 65 uz 100 000 iedzīvotāju). [43;112] Lai mazinātu iepriekš minētos nāves cēloņus, liela ietekme ir veselīgam dzīvesveidam (uzturs, fiziskās aktivitātes, kaitīgo ieradumu atmešana), sabiedrības izglītošanai, sabiedrības veselībpratībai un savlaicīgai slimību diagnostikai. Saskaņā ar aprēķiniem, Latvijā aptuveni 51% no visiem nāves gadījumiem ir izskaidrojami ar riska faktoriem, kas saistīti ar dzīvesveidu, piemēram, uztura paradumiem, tabakas smēķēšanu, alkohola lietošanu, mazkustīgu dzīvesveidu u.c. [45] Saskaņā ar SPKC veikto datu analīzi Latvijā vīriešiem mūža ilgums ir mazāks, jo ir augstāka mirstība nekā sievietēm, it īpaši no ārējiem nāves cēloņiem, piemēram, satiksmes negadījumi, noslīkšana, traumas darba vietā, kā arī izplatītāki riska faktori, kas saistīti ar dzīvesveidu un paradumiem, piemēram, atkarību izraisošo vielu lietošanu, salīdzinoši neveselīgāku uzturu. [12] Saskaņā ar Slimību profilakses un kontroles centra 2018. gada pētījuma “Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumi” datiem, 56,7% respondentu - rīdzinieku **ir liekas svars vai aptaukošanās** (ķermeņa masas indekss (ĶMI) virs 25). Skatoties dinamikā ir jāsecina, ka ir novērojama negatīva tendence - 2014. gadā 48% Rīgā dzīvojošu respondentu bija normāla ķermeņa masa (ĶMI 18,5-24,99), bet 2016. un 2018. gadā attiecīgi 43% un 41%. [119] Kā viens no cēloņiem paaugstinātam svaram varētu

būt nepietiekamā **fiziskā aktivitāte**, jo tikai 9% vīriešu un 7% sieviešu 2018. gada pētījumā atbildēja, ka īsteno pietiekamas fiziskās aktivitātes brīvajā laikā (vismaz 4 - 6 reizes nedēļā veic fiziskus vingrinājumus 30 minūtes). Arī šajos datos ir novērojama negatīva tendence, jo iepriekš 2014. gada pētījumā respondentu īpatsvars ar pietiekamu fizisko aktivitāti brīvajā laikā bija 15% vīriešu un 11% sieviešu. [120] Pozitīvi vērtējams tas, ka 2018. gada pētījuma rezultāti uzrāda salīdzinoši labu tendenci seniora vecuma sievietēm - 17% respondentēm vecumā no 65 līdz 74 gadi bija pietiekama fiziskā aktivitāte. [120] Kā arī būtisks rādītājs pilsētā ir iedzīvotāju īpatsvars, kuri savās ikdienas gaitās **izmanto velosipēdu vai iet ar kājām**. Pētījuma rezultāti liecina, ka 2014. gadā 32%, 2016. gadā 41% un attiecīgi 2018. gadā 38% bija tādu respondentu, kuri atbildēja, ka dodas uz darbu, mācību iestādi ar kājām vai ar velosipēdu, ceļā pavadot vismaz 15 minūtes. [120] Pieaugošais mazkustīgais dzīvesveids, sabiedrības novecošanās un izpratnes trūkums par ergonomisku darba vietu ir veicinājis muskuļu, skeleta un saistaudu sistēmas slimību izplatību.[12]

Slimību profilaksē un veselības veicināšanā būtisks faktors ir ne tikai fiziskai aktivitātei, bet arī **pilnvērtīgam un sabalansētam uzturam**. Saskaņā ar Eiropas Komisijas ziņojumu par uzturu un fiziskajām aktivitātēm, iedzīvotāju aptaukošanās vien samazina paredzamo dzīves ilgumu līdz pat 4 gadiem, samazinot līdz 4,5 procentpunktiem iekšzemes kopprodukta (IKP) pieauguma Eiropas Savienībā un patērē līdz 7% no veselības aprūpes budžeta.[122] Saskaņā ar Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādēm, vēl joprojām Latvijā **svaigu dārzeņu patēriņš** uzturā ir zems.[12] 2018. gadā veiktā “Latvijas veselību ietekmējošo paradumu pētījuma” dati liecina, ka tikai 36,9% iedzīvotāju 6-7 dienas iepriekšējā nedēļā ir lietojuši svaigus dārzeņus un līdzīgs skaits 36,4% aptaujāto respondentu ir lietojuši svaigus dārzeņus 3-5 dienas iepriekšējā nedēļā. Kā arī tikai 24,5% respondentu, atbildot uz jautājumu “Cik dienu pagājušās nedēļas laikā esat lietojis (-usi) uzturā augļus vai ogas?”, atbildēja, ka 6-7 dienas, savukārt 32,8% respondentu atbildēja, ka lietojuši 3-5 dienas. [120] Vēl būtisks veselīga uztura rādītājs ir sāls, jo pārāk liels **sāls patēriņš** uzturā rada negatīvu ietekmi uz veselību, piemēram, veicinot hipertensijas attīstību. Saskaņā ar Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādēm, iedzīvotāju uzņem sāli bieži vien pat to neapzinoties, slēptā veidā, sāls tiek pievienots ražošanas procesā, piemēram, gaļas izstrādājumiem. Kā arī veicot pētījumu tika secināts, ka 70% to respondentu, kuri domāja, ka uzņem optimālu sāls daudzumu, īstenībā to uzņēma par daudz.[12;123] Būtisks veselīga uztura sastāvdaļa ir **pārmērīga cukura** (saharozes) lietošanas ierobežošana, kas veicina ķermeņa svara pieaugumu, pie nepareizas zobu higiēnas pieaug kariesa risks, pieaug sirds un asinsvadu slimību risks, vielmaiņas slimību risks un citas problēmas. Līdzīgi kā ar iepriekš sāls

patēriņu, cilvēki patērē daudz tā saucamo “slēpto cukuru” rūpnieciski apstrādātos produktos, pat tādos produktos, kuri netiek uztverti kā saldumi, piemēram, kečupā.[124; 125] 2018. gadā veikta pētījuma dati liecina, ka 14,9% respondentu ir lietojuši saldinātus dzērienus, t.i. limonādes 3 vai vairāk dienas iepriekšējās nedēļas laikā, savukārt 22,8% tikpat bieži lietoja uzturā cepumus vai kūkas, 19,1% konfektes.[48] Līdz ar to ir svarīgi izglītēt iedzīvotājus par pārmērīgā sāls un cukura patēriņa nelabvēlīgo ietekmi uz veselību un to daudzumu produktos. Jāsecina, ka iedzīvotāji darbspējas vecumā pievērš uzmanību savam uzturam un veselībai, jo saskaņā ar 2018. gadā veiktā pētījumu 49% respondentu rīdzinieku pēdējā gada laikā dēļ veselības apsvērumiem ir mainījuši uztura un citus paradumus. [120]

Vēl joprojām aktuāla sabiedrības veselības problēma ir **atkarību jautājums**. Lai gan pozitīvs radītājs dinamikā ir **ikdienas smēķētāju īpatsvara samazinājums**, tomēr smēķēšana ir viens no lielākajiem riska faktoriem veselības jomā. Saskaņā ar “Latvijas iedzīvotāju veselības paradumu” pētījuma datiem, 2014. gadā 35%, 2016. gadā 34%, bet 2018. gadā **22%** Rīgas respondentu tika definēti kā **ikdienas smēķētāji**. Salīdzinot iepriekšējos gadus, tendence ir līdžīga - vīrieši vairāk smēķē nekā sievietes, attiecīgi 31% un 12%.[120] Tomēr būtiski, ka ievērojama daļa respondentu atbild, ka ir iepriekš lietojuši **elektroniskās cigaretes**, tas ir 2-50 reizes - 10% vīrieši un 3,5% sieviešu, savukārt 1,4% respondentu lietojuši vairāk kā 50 reizes. Saskaņā ar Eiropas Komisijas izdoto apkopojumu par valstu Veselības profiliem, Latvijā ir **viens no lielākajiem alkohola patēriņiem** uz vienu iedzīvotāju starp ES valstīm, tas ir 2017. gadā 11,2 litri gadā salīdzinājumā ar 9,9 litriem gadā vidēji Eiropas Savienībā.[45] Par veselībai bīstamu alkohola patēriņu tiek uzskatītas sešas alkohola devas vienā iedzeršanas reizē (1 deva: 40 ml stipro alkoholisko dzērienu vai 100 ml vīna, vai 1 pudele (500 ml) alus). Saskaņā ar Slimību profilakses un kontroles centra pētījuma datiem, šādu daudzumu alkohola vismaz reizi mēnesī lietoja 9,9% Rīgā dzīvojošu respondentu.[126] Arī **narkotisko vielu lietošana** ir nopietna sabiedrības veselības problēma. Saskaņā ar pētījumu, 23,1% respondentu Rīgā atzīst, ka vismaz reizi mūžā ir izmēģinātas narkotiskas vielas, no tiem 31,8% vīriešu un 15,5% sieviešu. [127] Saskaņā ar Latvijas valsts ziņojumu par narkotikām, marihuāna/hašišs jeb kanabiss ir visizplatītākā nelegālā narkotika, ko Latvijā lieto pieaugušie iedzīvotāji vecumā no 15 līdz 64 gadiem. [128] Kā galvenā injicētā viela Latvijā ir amfetamīns, kas arī dominē ar narkotikām saistīto ārkārtas hospitalizācijas gadījumu vidū. Latvijā injicējamo narkotiku lietošana joprojām ir nozīmīgs HIV un vīrushepatīta C pārnēsas veids, 2017. gadā pētījums liecināja, ka vairāk nekā puse no kaitējuma mazināšanas pakalpojumu klientiem ir vīrushepatīta C pozitīvi.[129]

Vēl arvien būtiska sabiedrības veselības problēma Rīgas pašvaldībā ir **jauno gadījumu skaits ar HIV infekciju**. Lai gan pēdējos gados Latvijā jauno gadījumu skaits nav tika augsts kā 2000. gadu sākumā, kad 2001. gadā tika diagnosticēti 807 jauni HIV gadījumi no kuriem 647 Rīgas pilsētā, tomēr Latvija vēl joprojām ir viena no līderēm ES jauno HIV gadījumu skaita ziņā ar aptuveni 350 jauniem gadījumiem katru gadu [130]. Salīdzinot Latvijā 2017. gadā bija 19 jauni gadījumi uz 100 000 iedzīvotāju, savukārt Eiropas Savienībā 5,8 gadījumi uz 100 000 iedzīvotājiem, kas ir vairāk nekā trīs reizes augstāks rādītājs.[45] Jāatzīmē, ka Rīgas pilsētā tiek diagnosticēti vairāk nekā 50% no jaunajiem HIV infekcijas gadījumiem. Vēl jo vairāk 2018. gada veiktas pētījums apliecina, ka reālā HIV infekcijas izplatība Latvijā ir par trešdaļu lielāka. Jāsaprot, ka kopš HIV pandēmijas pirmsākumiem ir mainījies dominējošais HIV transmisijas veids, inficēšanās notiek ne tikai narkotisko vielu lietotāju vidū, bet arvien vairāk transmisija notiek heteroseksuālu kontaktu ceļā. Kā bīstams ir vērtējams fakts, ka liela daļa inficēto ir nenoskaidrots inficēšanās ceļš.[54] Līdz ar to ir būtiska profilakse ne tikai riska grupām, piemēram, narkotisko vielu lietotāju vidū, bet arī jauniešu un vidēja vecuma iedzīvotāju informēšanu par HIV riska faktoriem. HIV infekcijas profilaksē aktīvi līdzdarbojas gan Rīgas pašvaldība, gan valsts iestādes kā Slimību profilakses un kontroles centrs. Latvijā kaitējuma mazināšanas pakalpojumi tiek ieviesti, izmantojot HIV profilakses punktu tīklu. Šos punktus galvenokārt finansē pašvaldības, savukārt Slimību profilakses un kontroles centrs ir atbildīgs par tīkla vispārējo koordināciju, centralizētu eksprestestu, šļirču un prezervatīvu izdali un informatīvu materiālu sagatavošanu.[128] Viens no pakalpojumu ziņā plašākajiem HIV profilakses punktiem Rīgā ir “Dia+logs” atbalsta centrs visiem, kurus skar HIV/AIDS. Šajā profilakses punktā, ar kuru Rīgas domes Labklājības departamentam ir sadarbība jau no 2003. gada, tiek nodrošināti HIV profilakses un psiho-sociālos pakalpojumu narkotisko vielu lietotājiem un viņu kontaktpersonām (kaitējuma mazināšanas programma narkotiku lietotāju vidū). Pakalpojumi tiek sniegti gan biedrības telpās, gan pietuvināti mērķauditorijas uzturēšanās vietām ar mikroautobusa palīdzību.[1] Rīgas domes Labklājības departaments, sadarbojoties ar SPKC, Rīgas iedzīvotājiem nodrošina iespēju bez maksas un anonīmi veikt HIV eksprestestu, saņemot konsultāciju pirms un pēc testa, biedrības “Dia+logs” atbalsta centrs visiem, kurus skar HIV/AIDS telpās un mobilajā vienībā, pietuvināti klientu dzīvesvietai, kā arī trijās no piecām biedrības “Latvijas Sarkanās Krusts” Veselības istabām. Rīgas iedzīvotājiem arī pieejams SPKC HIV profilakses punkts un biedrības “Baltijas HIV asociācija” testpunkts.[43;131]. Visos HIV profilakses punktos var veikt arī C un B hepatīta eksprestestus, saskaņā ar 2019. gada statistikas datiem, Rīgas reģionā bija 80 jaunatklāto hronisku C hepatītu gadījumi uz 100 000 iedzīvotāju.[130,133] PVO ir noteikusi vairākus pasākumus, kurus būtu

jāievieš, lai ierobežotu HIV infekcijas slimību izplatību, kas saistīta ar narkotiku injicēšanu un viena no tām ir iepriekš minētā kaitējumā mazināšanas programma, nodrošinot šļirču-adatu apmaiņas, HIV testēšanu un konsultēšanu, bezmaksas prezervatīvu nodrošināšanu, konsultāciju un informācijas sniegšanu.[131] Par programma pieprasījumu no iedzīvotāju puses liecina statistikas dati, piemēram, 2020. gadā bija 678 jauni (pirmreizēji) klienti, veikti 1463 HIV testi, 777 sociālo darbinieku sniegto konsultāciju un 1523 HIV konsultanta sniegtas konsultācijas. [43]

Arī **tuberkuloze ir vēl joprojām aktuāla** sabiedrības veselības problēmām Latvijā, piemēram 2017. gadā tuberkulozes gadījumu skaits bija gandrīz trīs reizes augstāks par ES un Eiropas Ekonomikas zonas vidējo rādītāju. Rīgas reģionā 2017. gada bija 24 tuberkulozes gadījumi uz 100 000 iedzīvotāju. Lai gan mūsdienās tuberkulozes ārstēšana notiek sekmīgi, tas ir ilgstošs process. Latvijā būtiska problēma ir pieaugoša tuberkulozes izraisītāja – mikobaktērijas – rezistence jeb nejutība pret esošajiem medikamentiem (tā skar vidēji desmito daļu no visiem saslimušajiem), kā arī tuberkulozes izplatības īpatsvars HIV inficēto vidū.[134] RD Labklājības departaments finansiāli atbalsta SIA “Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca” īstenoto DOTS (tieši uzraugāmās ārstēšanas īsais kurss) programmu ambulatorajiem tuberkulozes pacientiem, kuru dzīves vieta deklarēta Rīgas pilsētas administratīvajā teritorijā un kuri izdzer zāļu devu medicīnas darbinieka uzraudzībā. Pacientiem tiek līdžfinansēti sabiedriskā transporta ceļa izdevumi un pārtikas iegāde.[115]

Būtiska sabiedrības veselības tēma ir **psihiskā veselība**, kas vēl jo vairāk ir aktualizējusies Covid-19 pandēmijas laikā. Rūpēties par iedzīvotāju psihisko veselību ir svarīgi iekļaut visas sabiedrības grupas, sākot no bērna vecuma līdz seniora vecumam. Psihiskās veselības traucējumi ir bieži sastopami un veido ievērojamu daļu no slimību sloga. ES valstīs psihiskās veselības traucējumi ir vairāk nekā trešdaļai iedzīvotāju. Saskaņā ar Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādņēm, iedzīvotāji ir nepietiekoši informēti un zinoši psihiskās veselības jautājumos, kā arī masu mēdijos nav pietiekams informācijas daudzums par psihisko veselību.[12] 2018. gadā pētījumā tikai 32% respondentu - rīdzinieku pēdējā mēneša laikā nav izjutušas sasprindzinājumu, stresu vai nomāktību, savukārt 8% norādīja uz **pieaugošu depresiju**. [120] Saskaņā ar 2019. gadā īstenotā pētījumā datiem, palielinoties senioru vecumam, pieaug depresijas simptomu īpatsvars, tas ir augstāks senioriem ar pamata izglītību, kā arī senioriem, kuri dzīvo vieni paši, cieš no hroniskām sāpēm, kā arī tiem, kuri savu veselību novērtēja kā sliktu.[120] Šie dati liecina, ka ir būtiskie pievērst uzmanību senioru psihiskās veselības jautājumiem, tajā skaitā veicinot socializāciju, īstenojot veselību veicināšanas aktivitātes utt. Lai gan pašnāvību rādītājs Rīgā ir vidēji zemāks nekā Latvija kopumā, tomēr Latvija joprojām atrodas starp Eiropas Savienības

valstīm ar vienu no augstākajām mirstībām no pašnāvībām. Saskaņā ar Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādņēm 2021.-2027.gadam pašnāvību galvenie riska faktori ir sociālie stresori, piemēram, bezdarbs, vardarbība, sociālas un ekonomiskas problēmas, psihiskas veselības problēmas un slimības, kā arī nepietiekama psihiskās veselības aprūpes pakalpojumu pieejamība. [114;29] Laika periodā kopš 2010. gada **pašnāvību** relatīvais skaits Latvijā ir samazinājies par 27%, 2019. gadā samazinoties līdz 289 gadījumiem (15,1 uz 100 000 iedzīvotāju). Salīdzinoši retāk nekā citviet pašnāvības tiek izdarītas Rīgas reģionā (2019. g. 10,2 gad. uz 100 000 iedz.).[126] **Ārējie nāves cēloņi** ir trešais biežākais nāves cēlonis Latvijas iedzīvotāju vidū, izplatītākie ir pašnāvības, kritieni, saindēšanās, transporta nelaimes gadījumi, noslīkšana. Nozīmīgs ārējais nāves cēlonis ir kritieni, kas 2019. gadā gan Latvijā, gan Rīgas reģionā bija otrs biežākais ārējās nāves cēlonis. Kritienu izraisītas nāves biežāk ir gados vecākiem cilvēkiem. Saskaņā ar SPKC datiem Rīgas reģionā ir mazāks noslīkušo skaits nekā vidēji Latvijā, piemēram, 2019. gadā tie ir 4,3 gad. uz 100 000 iedzīvotāju. [126]

Mirstība no **ļaundabīgiem audzējiem** ir otrs biežākais nāves cēlonis. Saskaņā ar Slimību un profilakses kontroles centra datiem Rīgas reģionā, salīdzinot ar kopējo situāciju valstī, ir zemāka mirstība no ļaundabīgiem audzējiem un sirds un asinsvadu slimībām, kas var tikt daļēji skaidrojama ar labāku diagnostiku un labāku veselības aprūpes pieejamību. Rīgas reģionā biežāk reģistrētie ļaundabīgie audzēji ir krūts audzējs sievietēm un prostatas audzējs vīriešiem.[126]

Ik gadu pieaug cukura diabēta slimnieku kopējais skaits, 2017. gadā sasniedzot 91 tūkstoši slimnieku visā Latvijā, kas ir aptuveni 4,7% no visiem iedzīvotājiem, savukārt Rīgas reģionā – 30 tūkstoši.[126]

Bērni un jaunieši ir būtiska sabiedrības veselības mērķgrupa. Saskaņā ar 2018. gadā veikto “Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījuma” datiem, Rīgas pilsētā 15,1% skolēnu bija lieka ķermeņa masa, savukārt 9,6% deviņus gadus veciem skolēniem ir aptaukošanās.[135] Aptaukošanās viens no galvenajiem cēloņiem ir nepietiekama fiziskā aktivitāte. Pietiekams fizisko aktivitāšu līmenis palīdz nodrošināt ne tikai veselu balsta un kustību orgānu sistēmu, veselīgu sirds un asinsvadu un elpošanas orgānu sistēmu, bet arī veicina normāla ķermeņa svara uzturēšanu.[136] Aptaujājot skolēnus par fiziskajām aktivitātēm, atklājās, ka ar pietiekamu fizisko aktivitāti (katru dienu vismaz 60 minūtes dienā) pēdējās nedēļas laikā ir nodarbojušies kopumā tikai 18,8% skolēnu (22,2% zēnu un 15,4% meiteņu).[121] No pētījuma aptaujātajiem deviņgadīgajiem Rīgas skolēniem tikai 37,7% atbildēja, ka, **lai nokļūtu līdz skolai, iet ar kājām, pārvietojās ar velosipēdu,**

skrejriteni, skrituļslidām. Vecāki kā nozīmīgu faktoru privātā vai sabiedriskā transporta izmantošanai, lai nokļūtu līdz skolai, norādīja laika trūkumu. Un tikai 57,7% vecāku norādīja, ka **ceļš līdz skolai ļoti drošs/ drošs**, lai bērns uz skolu/mājām varētu braukt ar velosipēdu vai iet kājām, salīdzinājumā lielajās pilsētas kopumā šis rādītājs sasniedz 62,8%. Savukārt Rīgā 82,1% deviņgadīgo skolēnu brīvajā laikā piedalās sporta un /vai deju nodarbībās. Otrs būtisks cēlonis, kas veicina aptaukošanos bērnu vidū, ir neveselīgi uztura paradumi. Pētījuma dati liecina, ka vecāku sociālekonomiskais stāvoklis ietekmē bērnu brokastu ēšanas paradumus, kas ir būtiska ēdienreize, lai vēlāk neveicinātu neveselīga uztura patēriņu starp ēdienreizēm, līdzīga tendence ir ar dārzeņu patēriņu ikdienā.[135] Lai gan pozitīvi vērtējams fakts, ka kopēji ir palielinājies deviņgadīgo bērnu īpatsvars, kuri katru dienu ēd dārzeņus. Salīdzinot ar 2015. gada aptauju, Rīgā un citās pilsētās būtiski ir samazinājies skolu īpatsvars, kurās skolēni var nopirkt saldās uzkodas, saldējumu un gāzētus dzērienus ar cukuru. Savukārt, ja analizē 2018. gadā veikto Latvijas skolēnu paradumu pētījumu, kurā piedalījās 11, 12 un 15 gadīgi skolēni, tad redzams, ka Latvijā augļu un dārzeņu patēriņš gan zēniem, gan meitenēm ir nepietiekams. Vidēji tikai katrs ceturtais **pusaudzis Latvijā lieto uzturā augļus un dārzeņus katru dienu**, tas ir 26,8% . Un pretēji ir novērojams, ka vidēji katrs ceturtais skolēns vismaz reizi dienā ēd saldumus. Pozitīvi, ka samazinās skolēnu īpatsvars, kuri dzer saldinātos gāzētos dzērienus.[121] Pētījuma rezultāti liecina, ka visaugstākā liekā ķermeņa masas (ieskaitot aptaukošanos) prevalence 2018. gadā ir 11 gadīgiem zēniem (30%), savukārt viszemākā – 15 gadīgām meitenēm (13%).[121] Pozitīvi vērtējams fakts, ka 2018. gadā pieaudzis to Rīgas skolu īpatsvars, kurās skolēniem par brīvu ir iespēja saņemt svaigus augļus un dārzeņus - 87, 5% skolu, īstenojot Zemkopības ministrijas **ES atbalsta programma “Piens un augļi skolai”**, kuras mērķis ir bērnu vidū veicināt veselīgu ēšanas un uztura paradumu veidošanos, kas būtu noturīgi visu turpmāko dzīvi, ka arī palielināt veselīga uztura patēriņa veicināšanu starp skolēniem.[121;135;137] Saskaņā ar PVO ieteikumiem, viens no veselīga uztura pamatnoteikumiem ir daudzveidīgs, rūpnieciski neapstrādāts, **svaigs ēdiens katru dienu**, kas ļauj saņemt nepieciešamo uzturvielu daudzumu, kas **ir īpaši būtiski bērniem un jauniešiem**. [138] Līdz ar to ir pozitīvi vērtējams, ka no 2018. gada tika ieviestas brīvpusdienas visiem Rīgas skolēniem no 1. - 12. klasei, bet pirmsskolās no 2019. gada. Saskaņā ar ārvalstu pētījumu, **brīvpusdienas skolās** veicina veselīgāka uztura lietošanu, it īpaši skolēniem ar sliktāku sociālekonomisko statusu, tādejādi brīvpusdienas ir arī veids kā mazināt nevienlīdzību veselības jomā. [139]

Lai gan **mutes veselība** ietekmē cilvēku vispārējo veselību un labklājību, pētījums liecina, ka zobus divas reizes dienā vai biežāk tīra tikai puse skolēnu (55,1%), it īpaši sliktā situācija ir 15 gadīgo zēnu vidū - 40,8%. [121]

Būtisks ir **bērnu psihoemocionālās veselības jautājums**, un pēdējos gados it īpaši ir kļuvuši aktuāli ņirgāšanās, mobinga jautājumi gan skolas vidē, gan internetā. Starptautiskās skolēnu kompetences vērtēšanas programmas (OECD PISA) pētījumā 2018. gadā Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas valstīs tika secināts, ka Latvijā 35% skolēnu 15 gadu vecumā ir piedzīvojuši ņirgāšanās (BULLYING) situācijas, kas ir augstākais līmenis citu Eiropas valstu vidū.[140] Saskaņā ar Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījumu 2018. gada pētījuma datiem 11,2% pusaudžu izjūt emocionālas uzvedības grūtības, 11,4% saskarsmes grūtības ar pusaudžiem, savukārt 21,3% bērnu norāda, ka ir cietuši no skolasbiedru ņirgāšanās.[121]

Pēdējos gados **bērnu un jauniešu** vidū ir aktualizējies jautājums ne tikai par vielu **atkarībām**, bet arī tā saucamām “procesu atkarībām”, kas ir azartspēļu atkarība, sociālo mediju atkarība, datorspēļu atkarība.[141] Ir novērojama tendence, ka palielinās skolēnu īpatsvars, kuri elektroniskās ierīces, piemēram, datoru vai viedtālruni, izmanto gan mājasdarbu pildīšanai, gan “sērfošanai” internetā trīs vai vairāk stundas dienā.[121] 2019. gadā veiktā 15-16 gadus vecu jauniešu aptauja liecina, ka 75% Latvijas skolēnu darbdienās **lieto sociālos medijus** vairāk kā divas stundas dienā, savukārt brīvdienās pieaug sociālo mediju patēriņš, proti, 28% aptaujāto skolēnu brīvdienās pavadījuši vairāk par sešām stundām, turpretī darbdienās – 22%. Saskaņā ar iepriekš minēto pētījumu, 22% 15-16 gadus veco jauniešu kaut reizi pēdējā gada laikā ir spēlējuši kādu no azartspēļu veidiem uz naudu. Pētījuma autori secina, ka aizraušanās ar azartspēlēm saistīta arī ar citām atkarībām, piemēram, alkohola un narkotiku lietošanu.[142] Savukārt Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījumā smēķētāju īpatsvars aptaujāto 11-15 gadīgo skolēnu vidū 2018. gadā bija 5,1% . Pieaugoša tendence ir **elektronisko cigarešu lietošana**, kur 26,6% norāda, ka ir pamēģinājuši savas dzīves laikā, savukārt 9,6% skolēnu norāda, ka ir lietojuši pēdējo dienu laikā vismaz vienu.[121] Saskaņā ar SPKC datiem, 52% no aptaujātajiem Latvijas skolēniem kaut reizi dzīvē ir lietojuši e-cigaretes, kas ierindo Latviju to valstu vidū, kurās šis rādītājs ir augstāks nekā vidēji Eiropas valstīs. Biežāk e-cigaretes kaut reizi dzīvē ir lietojuši zēni - 60% no visiem aptaujātajiem zēniem un 44% meiteņu.[142] Saskaņā ar Latvijas Slimību profilakses un kontroles centra sniegto informāciju, e-cigarešu lietošana pastiprina varbūtību dzīves laikā uzsākt tabakas un/vai citu atkarību izraisošu vielu lietošanu, kā arī e-cigarešu sastāvā visbiežāk ir nikotīns, kas var izraisīt spēcīgu atkarību. Kā arī analizējot risku veselībai, ilgtermiņā e-cigarešu lietošana var veicināt elpošanas, sirds un asinsvadu, gremošanas sistēmas slimību attīstību risku.[143] Jauniešu vidū arvien populārāki kļūst jaunievēsti tabakas izstrādājumi, kā arī dažādi nikotīna saturoši produkti, kā piemēram elektroniskās cigaretes. Saskaņā ar 2018. gada pētījuma datiem 18% zēnu un

23% meiteņu vecumā no 11-15 gadiem ir **lietojuši alkoholu** vismaz vienu dienu pēdējo 30 dienu laikā. Savukārt 5,4% zēnu un 5,1% meiteņu ir norādījuši, ka smēķē vismaz 1 reizi nedēļā. [121] Vairāk kā puse **jauniešu saskata riskus situācijā**, ja piecas vai vairāk alkohola devas tiek dzertas gandrīz katru nedēļas nogali, savukārt 59% 15 gadus veco skolēnu domā, ka šāda alkohola lietošana rada būtisku kaitējumu veselībai. Meitenes biežāk nekā zēni uzskata, ka regulāra dzeršana rada būtisku kaitējuma risku veselībai.[142] 2019. gada pētījumu dati liecina, ka gan kopēji Latvijā (21%), gan Rīgā (23%) ir pieaudzis to skolēnu (15-16 gadi) īpatsvars, kuri atzīst, **ka bija lietojuši marihuānu pēdējo 12 mēnešu laikā**, kas ir vidēji par 10 procentpunktiem vairāk nekā 2015. gada aptaujā. Pētījumā, analizējot marihuānas pieejamību, tieši Rīgas reģionā dzīvojošie respondenti (15-16gadi) atzina **marihuānu kā viegli pieejamu**, tas ir 37% respondentu. Tieši Rīgas skolēni visbiežāk atzīst, ka ir dzīves laikā lietojuši marihuānu - 29% respondentu.[142]

Saskaņā ar ziņojumu par **novēršamo traumu** izplatību Latvijā, bērnu traumatisms ir nozīmīga sabiedrības veselības problēma. Mirstība no ārējiem cēloņiem ir galvenais nāves cēlonis bērniem pēc viena gada vecuma sasniegšanas un veido ~40% no visiem gadījumiem bērniem līdz 14 gadu vecumam. Liela daļa traumu (piemēram, slīkšana, apdegumi, kritieni) notiek mājās vai ap to, piemēram, 2016. gadā bērniem līdz 4 gadu vecumam pat 82% gadījumu. Nākamās nozīmīgās traumu gūšanas vietas ir transporta zona un sporta un fizisko aktivitāšu zona. **Traumatisma profilaksē bērniem ir būtiska loma vecāku zināšanām, prasmēm un drošai apkārtējai videi.**[12;144]

Saskaņā ar Latvijas Sabiedrības veselības pamatnostādņem, viens no svarīgākajiem rīkiem mērķtiecīgai nevienlīdzības mazināšanai ir investīcijas visos veselības aprūpes līmeņos, tai skaitā slimību profilaksē un veselības veicināšanā un integrētas veselības aprūpes pakalpojumu nodrošināšanā, īpaši vēršot uzmanību riska grupām, kas pakļautas finansiālai, ģeogrāfiskai u.c. nevienlīdzībai.[12] Latvijā ir viena no ES valstīm, kurās ir augsts iedzīvotāju personīgo izdevumu īpatsvars veselības aprūpes pakalpojumiem, tas ir vairāk nekā vienu trešdaļu no visiem izdevumiem veselības jomā mājāsaimniecības sedz pašas.[45] **Veselības aprūpes pieejamība** ir labāka Rīgas pilsētā, nekā vidēji valstī, jo Rīgas reģionā strādā 62% Latvijas ārstu, kas ir vidēji 3,9 tūkstoši no 6,3 tūkstošiem. Lielāks ārstu skaits ir saistīts ar valsts nozīmes veselības aprūpes iestāžu koncentrēšanos Rīgas pilsētā. [126] Tomēr negatīvu tendenci iezīmē ģimenes ārstu vecuma struktūra - 64% no visiem Rīgā strādājošajiem ģimenes ārstiem ir vecāki par 50 gadiem, no tiem gandrīz puse jeb 45% ir pirmspensijas un pensijas vecumā, līdz ar to nākotnē varētu būt novērojams jaunu ārstu iztrūkums.[33] Saskaņā ar 2020. gadā veiktu Rīgas pilsētvides attīstību raksturojošo pakalpojumu kvalitātes un pieejamības novērtēšanas

pētījumu, salīdzinot ar 2016. gadu, vērojama primārās veselības aprūpes pakalpojumu pieejamībai pasliktināšanās Jaunciema un Vecpilsētas apkaimēs, savukārt pozitīvs pieaugums vērojams Maskavas forštātē un Pļavniekos, kas saistāms ar jaunu ārsta prakšu atvēršanos u.c.[145]

Rīgas pašvaldības policija 2020. gadā fiksēja 1054 nepilngadīgu personu izdarītus administratīvos pārkāpumus, kas ir par 593 mazāk nekā pērn. Bērnu un nepilngadīgo biežākie administratīvie pārkāpumi ir smēķēšanas ierobežojumu neievērošana, pārkāpumi, kas saistīti ar alkoholisko dzērienu lietošanu, t.sk. atrašanās publiskā vietā ar vaļēju alkoholiskā dzēriena iepakojumu, ārkārtējās situācijas laikā noteikto ierobežojumu un aizliegumu pārkāpšana, atrašanās publiskās vietās laikā no plkst. 22.00 līdz plkst. 7.00, sīkais huligānisms un pārējie administratīvie pārkāpumi. Policijas redzeslokā nonākošo nepilngadīgo personu skaits samazinās, bet ir palielinājies nepilngadīgo personu skaits uz aizdomu pamata par noziedzīgo nodarījumu izdarīšanu. Būtiska nozīme bērnu administratīvo pārkāpumu skaita samazināšanā ir prevencija. Rīgas pašvaldības policija 2020. gadā veica 5186 profilaktisko darbu ar nepilngadīgām personām, t.sk. 2221 nepilngadīgo pulcēšanās vietu apsekošana, 1801 individuālās preventīvās pārrunas, 658 nepilngadīgo profilaktiskie apsekojumi dzīvesvietā un 506 psiholoģiskās konsultācijas, t.sk. 206 audzinoša rakstura piespiedu līdzekļu izpildes lietu ietvaros un 300 saistībā ar bērna deviantu uzvedību, krīzēm. Individuālajām preventīvajām pārrunām ar nepilngadīgajiem, nepilngadīgo profilaktiskie apsekojumi dzīvesvietā, nepilngadīgo pulcēšanās vietu un vispārīzglītojošo mācību iestāžu teritoriju apsekošana un psiholoģisko konsultāciju skaitam ir vērojama samazināšanās. Tas varētu būt saistīts ar Covid-19 infekcijas izplatības ierobežojumiem, jo bērni lielāko daļu, t.sk. mācību procesu, pavadīja savā dzīvesvietā vai uzturēšanās vietā. 2020.gadā organizēja 342 izglītojošos pasākumus Rīgas izglītības iestādēs, t.sk. dēļ epidemioloģisko drošību pasākumiem Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanā – 10 attālinātos izglītojošos pasākumus – 5 par cilvēktirdzniecību, 82 par ceļu satiksmes kārtību, 70 par tiesībām, pienākumiem un atbildību, 100 par drošību un 66 par vardarbību un, sadarbībā ar RP SIA “Rīgas satiksme” darbiniekiem, organizēja 16 izglītojošos pasākumus “Drošības busiņš”, kuru ietvaros divreiz mēnesī ar RP SIA “Rīgas satiksme” autobusu un kontrolieriem tika apmeklētas Rīgas skolas. Izglītojošo pasākumu laikā bērniem tika stāstīts par drošību uz ceļa, drošību sabiedriskajā transportā, e-taloniem un uzvedību sabiedriskajā transportā, u.c. Tika organizētas 3 bērnu vasaras nometnes, kurās piedalījās 75 bērni.

Sabiedrības veselības (iedzīvotāju veselība) situācijas analīzes kopsavilkums.

Darbspējīgā vecuma un gados vecāku iedzīvotāju vecuma iedzīvotāji:

- Augsta sirds un asinsvadu slimību un ļaundabīgu audzēju izplatība iedzīvotāju vidū;
- Darbspējīgā vecuma grupā augsti rādītāji saslimstībai ar HIV un tuberkulozi;
- Jāturpina izglītot iedzīvotāji par reprodktīvo veselību, personīgo higiēnu un mutes veselību;
- Izplatīti ar dzīvesveidu saistīti riska faktori, tostarp neveselīgi uztura paradumi, mazkustīgs dzīvesveids,
- Augsts aptaukošanās un liekās ķermeņa masas izplatības rādītājs;
- Smēķēšana, alkohola un citu atkarību izraisošo vielu lietošana;
- Psihoemocionālā veselība - augsts iedzīvotāju skaits, kuri izjūtuši psihisko veselības problēmu simptomus (sasprindzinājumu, nomāktību, stresu);
- Augsta mirstība no ārējiem nāves cēloņiem, no kuriem biežākie iemesli ir pašnāvības un kritieni;
- Gados vecāku iedzīvotāju vecumgrupai īpaša uzmanība jāpievērš traumatisma profilaksei;
- Lielai daļai vecāka gadagājuma iedzīvotāju pasliktinās psihiskās veselības stāvoklis un krītas kognitīvo funkciju kvalitāte;
- Vecāka gadagājuma cilvēkiem pastāv augsts risks kļūt vientuļiem un sociāli atstumtiem.

Bērni un jaunieši:

- Ir salīdzinoši liels bērnu un jauniešu īpatsvars ar lieko svaru un aptaukošanos;
- Brīvajā laikā nepietiekami nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm;
- Nepietiekami ikdienā uzturā lieto dārzeņus, augļus un ogu daudzumu, savukārt pārāk daudz lieto saldumus un saldinātos gāzētos dzērienus;
- Aktuālas ir atkarības vielu jautājums, turklāt tieši Rīgas skolēni norāda uz vieglu marihuānas pieejamību Rīgā;
- Smēķēšanas profilaksē īpaša uzmanība jāpievērš e-cigaretēm un jauniestiem tabakas produktiem;
- Procesu atkarības bērnu un jauniešu vidū kļūst arvien aktuālākas;
- Būtiska uzmanība jāpievērš bērnu psihoemocionālai veselībai, tajā skaitā nīrgāšanās profilaksei;
- Jāturpina izglītot par personiskās higiēnas, tajā skaitā mutes veselības un reprodktīvās veselības jautājumiem;
- Traumatisma līmenis bērnu vidū joprojām ir augsts, īpašu uzmanību jāpievērš ne tikai bērnu, bet arī vecāku izglītošanai.

2. PIELIKUMS RĪGAS PAŠVALDĪBAS ATBILDĪGĀS UN LĪDZATBILDĪGĀS INSTITŪCIJAS RĪGAS VALSTSPILSĒTAS PAŠVALDĪBAS SABIEDRĪBAS VESELĪBAS POLITIKAS PAMATNOSTĀDŅU RĪCĪBAS VIRZIENU IETVAROS NOTEIKTO UZDEVUMU ĪSTENOŠANAI.

Rīcības virziens, noteiktie uzdevumi	Atbildīgās institūcijas	Līdzatbildībās un sadarbības institūcijas	Sasaiste ar AP2027 prioritātēm un uzdevumiem	Izpildes termiņš
5.1. Iedzīvotāju veselīga dzīvesveida veicināšana un slimību profilakse.				
5.1.1. Ģimenes veselības veicināšana	Rīgas domes Labklājības departaments	Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, Rīgas domes Komunikācijas pārvalde, Rīgas pašvaldības Apkaimju iedzīvotāju centrs, Veselības aprūpes kapitālsabiedrības.	7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums	2027.gads
5.1.2. Tematiski veselības veicināšanas pasākumi, tajā skaitā fizisko aktivitāšu, veselīga uztura, reproductīvās veselības, personīgās higiēnas un mutes dobuma, zobu veselības veicināšana, kā arī atkarību izraisošu vielu un procesu atkarību un traumatisma profilakse visām vecuma grupām;	Rīgas domes Labklājības departaments	Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, Rīgas domes Komunikācijas pārvalde, Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas pašvaldības Veselības aprūpes kapitālsabiedrības.	7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums	2027.gads

<p>5.1.3. Psihoemocionālās veselības veicināšana – īpaši bērnu un jauniešu mērķa grupai.</p>	<p>Rīgas domes Labklājības departaments</p>	<p>Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas domes Komunikācijas pārvalde, Rīgas pašvaldības Veselības aprūpes kapitālsabiedrības.</p>	<p>7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums</p>	<p>2027.gads</p>
<p>5.1.4. Infekciju profilakse.</p>	<p>Rīgas domes Labklājības departaments</p>	<p>Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas domes Komunikācijas pārvalde, Rīgas pašvaldības Veselības aprūpes kapitālsabiedrības.</p>	<p>7. prioritāte mērķis Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums</p>	<p>2027.gads</p>
<p>5.1.5. Vispārējās veselībratības veicināšana, tajā skaitā digitālas veselībratības veicināšana.</p>	<p>Rīgas domes Labklājības departaments</p>	<p>Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, Rīgas domes Komunikāciju pārvalde, Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas pašvaldības Veselības aprūpes kapitālsabiedrības. Rīgas pašvaldības aģentūra ‘‘Rīgas digitālā aģentūra’’.</p>	<p>7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums</p>	<p>2027.gads</p>
<p>5.1.5. Uz pierādījumiem balstīta sabiedrības veselība un starpsektoriālā sadarbība.</p>	<p>Rīgas domes Labklājības departaments</p>	<p>Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments, Rīgas domes Mājokļu un vides departaments, Rīgas domes Komunikāciju pārvalde, Rīgas domes Finanšu departaments, Rīgas domes Centrālā administrācija, Rīgas</p>	<p>7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums</p>	<p>2027.gads</p>

		domes Satiksmes departaments, Rīgas domes Īpašuma departaments, Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas pašvaldības aģentūra "Rīgas digitālā aģentūra", Rīgas pašvaldības policija, Rīgas pašvaldības aģentūra "Rīgas investīciju un tūrisma aģentūra" u.c. Rīgas pilsētas pašvaldības kapitālsabiedrības		
5.2. Nevienlīdzības mazināšana sabiedrības veselības jomā, saskaņā ar principu "Neatstāt nevienu novārtā".				
5.2.1. Gados vecāku cilvēku socializācija un labbūtība.	Rīgas domes Labklājības departaments, Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments un to pakļautības institūcijas ¹	Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas domes Komunikāciju pārvalde	7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums 10. uzdevums 4. prioritāte Kvalitatīva un pieejama izglītība 5. uzdevums	2027.gads
5.2.2. Veselību veicinoši un iekļaujoši pasākumi personām ar funkcionāliem traucējumiem.	Rīgas domes Labklājības departaments, Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departamenta un to pakļautības institūcijas ¹	Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas domes Komunikāciju pārvalde	7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 9. uzdevums 10. uzdevums	2027.gads

			4. prioritāte Kvalitatīva un pieejama izglītība 4.uzdevums	
5.2.3. Psihosociālā atbalsta un dzīves prasmju veicinoši pasākumi sociālās atstumtības riskam pakļautām personām, kuras saskaras ar alkohola, narkotisko, psihotropo vai toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības problēmām, tajā skaitā HIV profilakses un psihosociālie atbalsta pasākumi.	Rīgas domes Labklājības departaments, Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments un to pakļautības institūcijas ¹	Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas pašvaldības policija, Rīgas domes Komunikāciju pārvalde	7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 2. uzdevums 9. uzdevums 10.uzdevums 4. prioritāte Kvalitatīva un pieejama izglītība 4.uzdevums	2027.gads
5.2.4. Sociālo un dzīves prasmju veicināšana sociālās atstumtības riskam pakļautiem jauniešiem.	Rīgas domes Labklājības departaments, Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departamenta un to pakļautības institūcijas ¹	Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas pašvaldības policija, Rīgas domes Komunikāciju pārvalde	7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 6. uzdevums 9. uzdevums 10.uzdevums	2027.gads

<p>5.2.5. Veselības aprūpes pakalpojumu pieejamības veicināšana Rīgas pilsētā.</p>	<p>Rīgas domes Labklājības departaments¹</p>	<p>Rīgas pilsētas pašvaldības veselības kapitālsabiedrības, Rīgas domes Kapitālsabiedrību pārvalde, Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas domes Īpašumu departaments, Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments, Rīgas domes Satiksmes departaments, RP SIA “Rīgas satiksme”</p>	<p>7. prioritāte Veselīga, sociāli iekļaujoša un atbalstoša pilsēta 8. uzdevums</p>	<p>2027.gads</p>
<p>5.3. Veselīga pilsētvide</p>				
<p>5.3.1. Padarīt sabiedrisko transportu par Rīgas mobilitātes mugurkaulu un veidot ērtu un drošu mobilitāti daudzveidīgas publiskās ārtelpas attīstībai. Ieviest mobilitātes hierarhiju</p>	<p>Rīgas domes Satiksmes departaments¹</p>	<p>Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments; RP SIA “Rīgas satiksme”</p>	<p>1. prioritāte Ērta un videi draudzīga pārvietošanās pilsētā 1. uzdevums 2. uzdevums 4. uzdevums</p>	
<p>5.3.2. Attīstīt apkaimju centrus, veicinot publiskās ārtelpas funkcionālo daudzveidību;</p>	<p>Rīgas domes Mājokļu un vides departaments, Apkaimju iedzīvotāju centrs¹</p>	<p>SIA “Rīgas Meži”, Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments, Rīgas domes Īpašumu departaments; Rīgas domes Apkaimju iedzīvotāju centrs</p>	<p>2. prioritāte Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide 1. uzdevums</p>	<p>2027.gads</p>
<p>5.3.3. Saglabāt, pilnveidot un ilgtspējīgi apsaimniekot zaļo infrastruktūru Rīgā;</p>	<p>Rīgas domes Mājokļu un vides departaments, Rīgas domes Teritorijas labiekārtošanas pārvalde¹</p>	<p>SIA “Rīgas Meži”, Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments;</p>	<p>2. prioritāte Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide 2.uzdevums</p>	<p>2027.gads</p>

5.3.4. Veicināt plašāku pieejamību krastmalām un ūdens telpām un to lietojumu, kā arī attīstīt nepieciešamo infrastruktūru;	Rīgas domes Mājokļu un vides departaments	Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments, Rīgas domes Īpašumu departaments, Rīgas valstspilsētas pašvaldības aģentūra "Rīgas gaisma"	2. prioritāte Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide 3. uzdevums	2027.gads
5.3.5. Veidot vienotu un pieejamu publiskās ārtelpas tīklojumu ar ērtu navigāciju un pārdomātu pilsētvides komunikāciju;	Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments; Rīgas domes Satiksmes departaments ¹	RP SIA "Rīgas satiksme", Rīgas domes Īpašumu departaments, Rīgas valstspilsētas pašvaldības aģentūra "Rīgas gaisma"	2. prioritāte Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide 5. uzdevums	2027.gads
5.3.6. Veidot pilsētas iedzīvotājiem un viesiem drošu pilsētvidi;	Rīgas domes Mājokļu un vides departaments Rīgas domes Teritorijas labiekārtošanas pārvalde, Rīgas pašvaldības policija ¹	SIA "Rīgas Meži", Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments; Rīgas pilsētas Apkaimju iedzīvotāju centrs, Rīgas valstspilsētas pašvaldības aģentūra "Rīgas gaisma"	2. prioritāte Dzīves kvalitāti veicinoša pilsētvide 7. uzdevums	2027.gads
5.3.7. Nodrošināt mājokļu pieejamību dažādām iedzīvotāju grupām;	Rīgas domes Mājokļu un vides departaments, Rīgas domes Īpašumu departaments ¹	Rīgas domes Labklājības departaments; Rīgas pašvaldības aģentūra "Rīgas enerģētikas aģentūra"	5. prioritāte Daudzveidīgu un kvalitatīvu mājokļu pieejamība 2. uzdevums	2027.gads
5.3.8. Uzlabot vides kvalitāti.	Rīgas domes Mājokļu un vides departaments	SIA "Rīgas ūdens", Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments; Rīgas domes Satiksmes departaments; SIA "Rīgas Meži"	3. prioritāte Laba vides kvalitāte un noturīga pilsētas ekosistēma klimata pārmaiņu mazināšanai 2. uzdevums	2027.gads

¹ Konkrētā uzdevuma izpilde kompetences sadalās starp vairākām pašvaldības institūcijām

3. PIELIKUMS. RĪGAS ATTĪSTĪBA PROGRAMMĀ 2022.-2027. GADAM NOTEIKTIE SASNIEDZAMIE IEDZĪVOTĀJU VESELĪBAS RĀDĪTĀJI.[3]

RĀDĪTĀJS	Saistība ar uzdevumiem (uzdevumu ID)	BĀZES VĒRTĪBA	MĒRĶA VĒRTĪBA	Datu avots
Jaunpiedzimušo paredzamais mūža ilgums, gadi	P07-09	75,6 (2020)	77,6 (2027)	Eurostat
Potenciāli zaudētie mūža gadi līdz 64 g. v. uz 100 000 iedzīvotāju	P07-09	4738 (2020)	4700 (2027)	SPKC
Pašvaldības budžeta investīciju palielinājums sabiedrības veselības veicināšanai uz 1 iedzīvotāju	P07-09	0,53 EUR (2020)	2,20 EUR (2027)	RD FD
Pozitīvs iedzīvotāju vērtējums par primārās veselības aprūpes pieejamību	P07-08,	71% (2021)	74% (2027)	Regulāra vienotā socioloģiskā aptauja
Bērnu un jauniešu atkarību izraisošo vielu lietošanas paradumi a) alkohola lietošana vismaz 1 dienu pēdējo 30 dienu laikā (11–15 g.v.) zēni meitenes	P07-09	18% (2018) 23% (2018)	16% (2027) 20% (2027)	SPKC
b) narkotiku lietošanas izplatība skolēnu vidū (15–16 g.v.) pēdējā gada laikā marihuāna un hašišs amfetamīns ekstazī	P07-09	23% (2019) 1,1% (2019) 5,5% (2019)	22% (2027) 0,8% (2027) 4,5% (2027)	SPKC

c) smēķēšanas izplatība 11–15 g.v. grupā, smēķē vismaz 1 reizi nedēļā zēni meitenes	P07-09	5,4% (2018) 5,1% (2018)	4,5% (2027) 4,0% (2027)	SPKC
Lieka ķermeņa masa, aptaukošanās, fizisko aktivitāšu un uztura paradumi bērniem un jauniešiem a) pietiekama fiziskā aktivitāte pēdējās nedēļas laikā 11–15 g. v. grupā • zēni • meitenes	P07-09	22,25% (2018) 15,4% (2018)	23% (2027) 16% (2027)	SPKC
b) augļu un dārzeņu lietošana vismaz 1 reizi dienā 11–15 g.v. grupā • augļi • dārzeņi	P07-09	26,8% (2018) 27,2% (2018)	27,8% (2027) 28,2% (2027)	SPKC
c) lieka ķermeņa masa, ieskaitot aptaukošanos • pusaudžiem (11–15 g. v.) • zēni • meitenes	P07-09	22,8% (2018) 23,3% (2018) 17,6% (2018)	21,8% (2027) 22,0% (2027) 16,0% (2027)	SPKC
Mirstība no ārējiem nāves cēloņiem uz 100 000 iedzīvotāju kopā līdz 14 g. v	P07-09	68,6 (2018) 4,9 (2018)	67 (2027) 4 (2027)	SPKC
Atkarību izraisošo vielu lietošanas paradumi Rīgas darbaspējīgo iedzīvotāju vidū a) ikdienas smēķētāju īpatsvars (15–74 g. v.) • vīrieši • sievietes	P07-09	31% (2018) 12% (2018)	29,5% (2027) 11% (2027)	SPKC

b) pēdējā gada laikā pārmērīgo alkohola lietotāju īpatsvars darbspējīgā vecumā (15–74 g. v.)	P07-09	40% (2018)	39% (2027)	SPKC
c) narkotiku lietošanas īpatsvars darbspējīgā vecuma iedzīvotāju vidū (15–64 g. v.) pēdējā mēneša laikā pret attiecīgā vecuma iedzīvotāju skaitu	P07-09	4,6% (2018)	4,4% (2027)	SPKC
Fizisko aktivitāšu un uztura paradumi Rīgas darbspējīgo iedzīvotāju vidū a) iedzīvotāju īpatsvars, kuri pēdējā gada laikā ir mainījuši uztura un citus paradumus vīrieši sievietes kopā	P07-09	42% (2018) 56% (2018) 49% (2018)	44% (2027) 58% (2027) 50% (2027)	SPKC
b) Rīgas iedzīvotāju īpatsvars, kuri brīvajā laikā vismaz 4–6 reizes nedēļā 30 minūtes veic fiziskus vingrojumus vīrieši sievietes	P07-09	9% (2018) 7% (2018)	10% (2027) 8% (2027)	SPKC
Saslimstība ar izplatītākajām infekcijas slimībām HIV gadījumu skaits (absolūtos skaitļos) ar aktīvo tuberkulozi uz 100 000 iedzīvotājiem. ar B un C hepatītu (absolūtos skaitļos)	P07-09	180 (2018) 25 (2018) 102 (2018)	170 (2027) 23 (2027) 100 (2027)	SPKC
Bērnu un pusaudžu psihoemocionālā veselība Pusaudžu īpatsvars, kuri norāda, ka viņiem ir: • nozīmīgas emocionālās, uzvedības grūtības	P07-09	11,2% (2018) 11,4% (2018) 21,3% (2018)	11,0% (2027) 11,0% (2027) 20,3% (2027)	SPKC

<ul style="list-style-type: none"> • saskarsmes grūtības ar vienaudžiem • bērnu īpatsvars, kuri norāda, ka ir cietuši no skolasbiedru ņirgāšanās 				
<p>Pieaugušo iedzīvotāju psihoemocionālā veselība</p> <ul style="list-style-type: none"> • personu īpatsvars, kas pēdējā mēneša laikā nav izjutušas sasprindzinājumu, stresu vai nomāktību, demogrāfiskajās grupās • respondenti, kas norāda uz pieaugošu depresiju, demogrāfiskajās grupās 	P07-09	32% (2018) 8% (2018)	33% (2027) 7% (2027)	SPKC

Bioloģiskā daudzveidība- Visu dzīvo būtņu – augu, dzīvnieku, sēņu, un mikroorganismu sugu –, to ģenētiskā materiāla un ekosistēmu daudzveidība uz Zemes.

Demogrāfiskās slodzes līmenis – darbības vecumu nesasniegušo un pārsniegušo personu skaita attiecība pret personu skaitu darbības vecumā.

Iedzīvotāju dabiskais pieaugums – starpība starp noteiktā laika periodā dzimušo un mirušo skaitu.

Ilgspēja un noturības spēja (ang. resilience) Ilgtspējīga un noturības spēīga jeb elastīga veselības aprūpes sistēma ir tāda, kuras dalībnieki spēj pielāgoties mainīgiem apkārtējās vides apstākļiem, kā arī sagatavoties krīzēm un efektīvi reaģēt uz tām, un, ņemot vērā gūto pieredzi, veikt izmaiņas, ja apstākļi to prasa. Elastīga veselības aprūpes sistēma aizsargā iedzīvotāju dzīvību un veicina labāku veselību visos, arī krīžu laikos un pēc tām.

Ilgspējīga attīstība-Līdzsvarota attīstība, kas atbilst mūsdienu vajadzībām, apmierina iedzīvotāju pašreizējās sociālās un ekonomiskās vajadzības, veicina sabiedrības labklājību un nodrošina vides prasību ievērošanu, neapdraudot nākamo paaudžu vajadzību nodrošināšanu.

Jaundzimušo vidējais paredzamais mūža ilgums – gadu skaits, kādu vidēji nodzīvotu attiecīgā gadā dzimušie, ja viņu dzīves laikā mirstības līmenis katrā vecumā paliktu tāds, kāds tas bija dzimšanas gadā.

Kaitējuma mazināšana – profilakses pasākumu komplekss ar asinīm pārnesamu infekciju (HIV, vīrusu hepatīti u.c.) izplatības ierobežošanai narkotikas injicējošo lietotāju vidū. Latvijā kaitējuma mazināšana ietver: šļirču apmaiņu un citu individuālās aizsardzības un profilakses līdzekļu izplatīšanu un ilgtermiņa farmakoterapiju.

Liekā ķermeņa masa un aptaukošanās – par lieko ķermeņa masu runā tad, kad ķermeņa masas indekss (auguma garuma attiecība kvadrātā, dalīta ar ķermeņa masu) pārsniedz indeksa līmeni 25, bet par aptaukošanos, kad rādītājs ir 30 un vairāk.

Mobings - Ilgstoša rīcība vai uzvedība pret vienu vai vairākām personām pret viņu gribu ar mērķi nodarīt psiholoģisku vai fizisku kaitējumu (piemēram, iebiedēt, pazemot, ignorēt, diskriminēt u.c.)

Nabadzības vai sociālās atstumtības risks – personu īpatsvars, kuru ienākumi ir mazāki par nabadzības riska sliekšni vai kuras ir dziļi materiāli nenodrošinātas, vai arī ir nodarbinātas darbā ar ļoti zemu intensitāti.

Nevienlīdzība veselībā ir netaisnīgas un novēršamas atšķirības iespējami augstāka veselības līmeņa sasniegšanā dažādiem iedzīvotājiem vai viņu grupām. Nevienlīdzība veselībā ir pretrunā sociālā taisnīguma principiem, jo no tās var izvairīties un tā nav nejauša. To nosaka sociālie determinanti jeb faktori, kurus indivīds lielākoties pats nevar ietekmēt, bet kuri rada viņam nelabvēlīgus apstākļus un liedz dzīvot veselīgāk un ilgāk.

Ņirgāšanās (bullying) – spēka un pārkuma demonstrēšana pret citu personu, kas tiek realizēta ar agresijas palīdzību, ietverot negatīvu vārdisku, sociālu un fizisku rīcību ar naidīgu nolūku, radot otram ciešanas.

Paredzamais mūža ilgums – mūža ilgums gados, kādu vidēji nodzīvotu attiecīgajā gadā dzimušie, ja viņu turpmākās dzīves laikā mirstības līmenis katrā vecumā paliktu tāds pats, kāds tas bija dzimšanas gadā.

Paredzami veselīgā mūža gadi – mūža ilgums gados, ko vidēji persona noteiktā vecumā varētu nodzīvot labā veselības stāvoklī (bez funkcionāliem traucējumiem un ierobežojumiem).

Sabiedrības veselība – zinātne, māksla izsargāties no slimībām, pagarināt mūža ilgumu, sekmēt psihisko un fizisko veselību efektīvi organizējot sabiedrības pūliņus šajā jomā. Tas ir viens no sabiedrības organizētiem darbības veidiem, lai aizsargātu, atjaunotu un veicinātu cilvēku veselību.

Sociālais gradients veselībā - uzlabojoties iedzīvotāju un (vai) sabiedrības sociāli ekonomiskajam stāvoklim, pakāpeniski uzlabojas arī veselība

Sociālā aprūpe — pasākumu kopums, kas vērsts uz to personu pamatvajadzību apmierināšanu, kurām ir objektīvas grūtības aprūpēt sevi vecuma vai funkcionālo traucējumu dēļ, gan pakalpojumus personas dzīvesvietā, gan ilgstošas sociālās aprūpes institūcijās

Veselība – fiziska, garīga un sociāla labklājība un ne tikai stāvoklis bez slimības vai fiziskiem trūkumiem (PVO, 1941.gads).

Veselība visās politikās - Princips, kas prasa novērst veselību negatīvi ietekmējošos faktorus, pieņemot tālredzīgus lēmumus visās nozaru politikās. **Viedpilsēta** - Pilsēta, kas ar mūsdienu tehnoloģiju potenciālu veicina iedzīvotāju labklājību, uzlabojot resursu pārvaldību un pakalpojumu pieejamību.

Veselības aprūpes pieejamība – pasākumu kopums, kas ietver telpu, cilvēkresursu, informācijas un atbilstošu tehnoloģiju nodrošināšanu (noteiktas infrastruktūras izveidošana), lai konkrētais veselības aprūpes pakalpojuma sniedzējs varētu sniegt iedzīvotājiem veselības aprūpes pakalpojumus.

Veselības veicināšana – ir aktivitātes, lai ikvienam veicinātu zināšanas, prasmes un kompetences rūpēties par savu veselību un to uzlabot. Veselības veicināšanai būtu jābūt jebkuras nozares vai politikas sastāvdaļai – tāpat tā ietilpst nevis veselības aprūpes sistēmā tās šaurākā izpratnē, bet gan plašākā – veselības sistēmā.

Veselībratība – cilvēka spējas iegūt, apstrādāt un saprast informāciju par veselību un veselības aprūpes pakalpojumiem, tajā skaitā ārstniecību, lai pieņemtu atbilstošus un savai veselībai nozīmīgus lēmumus.

Veselīgi nodzīvotie dzīves gadi – rādītājs, kas atspoguļo to iedzīvotāju vidējo mūža ilgumu, kuru viņi pavada bez nozīmīgas slimības vai

Zaļā infrastruktūra -Vērtīgas stratēģiski plānotas dabiskas un daļēji dabiskas ārtelpas teritorijas un citi vides elementi, kas nodrošina vitāli svarīgus ekosistēmu pakalpojumus, kalpo kā dzīvotnes un bioloģiskās daudzveidības uzturētājas pilsētvidē.

Zemas emisijas zona - Pilsētas teritorija, kurā tiek īstenots pasākumu kopums ar mērķi samazināt autotransporta radīto emisiju.

5. PIELIKUMS. IZMANTOTĀ LITERATŪRA

1. Rīgas pilsētas Sabiedrības veselības stratēģijā 2012- 2021.gadam. Iegūts no https://www.veseligrizdinieks.lv/wp-content/uploads/2014/08/02_strategija_Nr_4649.pdf [sk.06.08.21]
2. Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģija, 2030. Iegūts no: https://www.rdpad.lv/wp-content/uploads/2014/11/STRATEGIJA_WEB.pdf [sk.06.08.21]
3. Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments. Rīgas attīstības programmas 2021.–2027. gadam. Iegūts no: [https://www.rdpad.lv/strategija/attistibas-programma-2021-2027/\[sk.06.08.21\]](https://www.rdpad.lv/strategija/attistibas-programma-2021-2027/[sk.06.08.21)
4. Baltiņš M. 2003. Lietišķā epidemioloģija. Izdevniecība "Zinātne".
5. Eiropas Komisija, Eiropas zaļais kurss. Iegūts no: [https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/european-green-deal_lv\[06.09.21\]](https://ec.europa.eu/info/strategy/priorities-2019-2024/european-green-deal_lv[06.09.21)
6. Eiropas Komisija. Ziņojums "The future of cities". Iegūts no: <https://urban.jrc.ec.europa.eu/thefutureofcities/> [sk.06.06.21]
Pasaules Veselības organizācija, 2019. Healthy environments for healthier populations: Why do they matter, and what can we do? Iegūts no: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/WHO-CED-PHE-DO-19.01> [sk.06.06.21]
7. Pasaules Veselības organizācija. Health as Pulse of New Urban Agenda. United Nations Conference on Housing and Sustainable Urban Development. Iegūts no: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250367/9789241511445-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [sk.06.06.21]
8. ANO (UN Habitat) un Pasaules Veselības organizācija, 2020. A sourcebook: Integrating health in urban and territorial planning: UN-Habitat and World Health Organization. Iegūts no: https://unhabitat.org/sites/default/files/2020/05/1final_highres_20002_integrating_health_in_urban_and_territorial_planning_a_sourcebook.pdf [sk.06.06.21]
9. United Nations, 2017. New Urban Agenda: Quito declaration on sustainable cities and human settlements for all. Iegūts no: <https://uploads.habitat3.org/hb3/NUA-English.pdf> [sk.06.08.21]
10. UN. Department of Economic and Social Affairs. News. 68% of the world population projected to live in urban areas by 2050. Iegūts no: <https://www.un.org/development/desa/en/news/population/2018-revision-of-world-urbanization-prospects.html>
11. European comission. Investing in health, 2010. Iegūts no: https://ec.europa.eu/health/sites/default/files/policies/docs/swd_investing_in_health.pdf [sk.06.08.21]
12. LR Veselības ministrija. Sabiedrības veselības pamatnostādnes 2021.-2027. gadam. Iegūts no: <http://tap.mk.gov.lv/lv/mk/tap/?pid=40498718> [sk.06.08.21]
13. Slimību profilakses un kontroles centrs, 2013. SPKC tulkojums latviešu valodā. PVO Eiropas Reģionālā birojs, Veselība 2020: Eiropas stratēģiskais ietvars visos pārvaldes un sabiedrības līmeņos veiktas rīcības atbalstam veselības un labklājības vairošanai. Iegūts no: https://www.spkc.gov.lv/lv/starptautiskie-dokumenti/veseliba_20201.pdf [06.09.21]
14. Van Vliet-Brown C., Shahram S., Oelke N. Health in All Policies utilization by municipal governments: scoping review. Health Promotion International, Volume 33, Issue 4, August 2018. Iegūts no: <https://academic.oup.com/heapro/article/33/4/713/3071801> [06.09.21]
15. Oriana Ramirez-Rubio. Urban health: an example of a "health in all policies" approach in the context of SDGs implementation. Globalization and Health., 2019 Iegūts no:

- https://www.researchgate.net/publication/338061708_Urban_health_an_example_of_a_health_in_all_policies_approach_in_the_context_of_SDGs_implementation[06.09.21]
16. Latvijas Republikas Veselības ministrija. Vadlīnijas pašvaldībām veselības veicināšanā, 2011. gads. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/4456/download>[sk.06.08.21]
 17. Pārresoru koordinācijas centrs. ANO Ilgtspējīgas attīstības mērķi. Iegūts no: <https://www.pkc.gov.lv/lv/attistibas-planosana-latvija/ano-ilgtspejigas-attistibas-merki>[sk.06.08.21]
 18. World Health Organization. Sustainable Development Goals and Sustainable development. Iegūts no: <https://www.who.int/health-topics/sustainable-development-goals#tab=tab> https://www.who.int/health-topics/sustainable-development#tab=tab_2 [sk.06.08.21]
 19. World Health Organization. Urban Health Initiative: a model process for catalysing change: making health a priority in the design of air pollution-free cities, 2021. Iegūts no: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/340821/WHO-HEP-ECH-AQH-2021.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [sk.06.08.21]
 20. World Health Organization. Healthy urban design. Iegūts no: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/urban-health/activities/healthy-urban-design> [sk.06.08.21]
 21. Veselīgs rīdiniēks veselā Rīgā. INHERIT. Iegūts no: <https://veseligsridzinieks.lv/projekti/inherit/> [sk.06.08.21]
 22. World Health Organization. What is a healthy city? Iegūts no: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/urban-health/who-european-healthy-cities-network/what-is-a-healthy-city>[sk.06.08.21]
 23. World Health Organization Regional Office for Europe, 2018. Copenhagen Consensus of Mayors Healthier and happier cities for all Iegūts no: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/361434/consensus-eng.pdf[06.08.21]
 24. Pasaules Veselības organizācijas Eiropas Reģionālais birojs. Mēru Kopenhāģenas vienošanās Veselīgākas un laimīgākas pilsētas visiem. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/4453/download>[06.08.21]
 25. European Commission. EU4Health 2021-2027 – a vision for a healthier European Union. Iegūts no: https://ec.europa.eu/health/funding/eu4health_en[sk.06.08.21]
 26. European Commission. Communication from the commission to the European parliament and the council. Europe's Beating Cancer Plan, 2021. Iegūts no: https://ec.europa.eu/health/sites/default/files/non_communicable_diseases/docs/eu_cancer_plan_en.pdf[sk.06.08.21]
 27. LR Veselības ministrija. Plāna projekts "Veselības aprūpes pakalpojumu onkoloģijas jomā uzlabošanas plāns 2022.–2024.gadam" Iegūts no: <http://tap.mk.gov.lv/lv/mk/tap/?pid=40505501&mode=vss&date=2021-07-22>[sk.06.08.21]
 28. OECD and European Union, 2020. Health at a Glance: Europe 2020. Iegūts no: https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/health-at-a-glance-europe-2020_8b27262e-lv;jsessionid=CO85YhCCtBz_p5Vz3KY8bHYr.ip-10-240-5-98[06.09.21]
 29. The World bank. Future of Cities Will Shape Post-COVID-19 World. Iegūts no: <https://www.worldbank.org/en/news/feature/2021/03/02/future-of-cities-will-shape-post-covid-19-world>[sk.06.08.21]
 30. United Nations. Policy Brief: COVID-19 in an Urban World. Iegūts no: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/sg_policy_brief_covid_urban_world_july_2020.pdf[sk.06.08.21]
 31. Likums." Par pašvaldībām." Iegūts no: <https://likumi.lv/ta/id/57255-par-pasvaldibam>[06.09.21]
 32. Veselīgs rīdiniēks veselā Rīgā. Rīga – veselīga pilsēta. Iegūts no: <https://veseligsridzinieks.lv/riga-veseliga-pilseta/> [sk.06.08.21]
 33. Rīgas domes Labklājības departamenta gadagrāmata „Sociālā sistēma un veselības aprūpe 2020. gadā”. Iegūts no: <https://ld.riga.lv/lv/par-departamentu/par-mums/labklajibas-departamenta-gadagramatas.html>[sk.06.08.21]

34. Veselīgs rīdzinieks veselā Rīgā. Projekts "Mēs par veselīgu Rīgu!". Iegūts no: [https://veseligsrizdinieks.lv/projekts-mes-par-veseligu-rigu/\[sk.06.08.21\]](https://veseligsrizdinieks.lv/projekts-mes-par-veseligu-rigu/[sk.06.08.21)
35. Slimību profilakses un kontroles centrs, Slimību profilakses un kontroles centrs pievienojas organizācijai EuroHealthNet, 2018. Iegūts no: [https://www.spkc.gov.lv/lv/jaunums/slimibu-profilakses-un-kontroles-centrs-pievienojas-organizacijai-eurohealthnet\[sk.06.08.21\]](https://www.spkc.gov.lv/lv/jaunums/slimibu-profilakses-un-kontroles-centrs-pievienojas-organizacijai-eurohealthnet[sk.06.08.21)
36. Veselīgs rīdzinieks veselā Rīgā. Veselības veicināšanas Eiropas sadarbības tīkls. Iegūts no: [https://veseligsrizdinieks.lv/eurohealthnet/\[sk.06.08.21\]](https://veseligsrizdinieks.lv/eurohealthnet/[sk.06.08.21)
37. Veselīgs rīdzinieks veselā Rīgā. Rīga – viena no 116 pilsētām, kuras parakstījušas Milānas Pilsētu pārtikas politikas paktu. Iegūts no: [https://veseligsrizdinieks.lv/riga-viena-no-116-pilsetam-kuras-parakstijusas-milanas-pilsetu-partikas-politikas-paktu/\[sk.06.08.21\]](https://veseligsrizdinieks.lv/riga-viena-no-116-pilsetam-kuras-parakstijusas-milanas-pilsetu-partikas-politikas-paktu/[sk.06.08.21)
38. Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments. Pārskata “2019. gada pārskats par Rīgas ilgtspējīgas attīstības stratēģijas līdz 2030. gadam un Rīgas attīstības programmas 2014.–2020.gadam ieviešanu” gala atskaite, 2020. Iegūts no: [https://sus.lv/sites/default/files/media/faili/rdpad_parskats_un_pielikumi_gala.pdf\[sk.06.08.21\]](https://sus.lv/sites/default/files/media/faili/rdpad_parskats_un_pielikumi_gala.pdf[sk.06.08.21)
39. Nacionālais attīstības plāns 2021- 2027. gadam. Iegūts no: [https://likumi.lv/ta/id/315879-par-latvijas-nacionalo-attistibas-planu-2021-2027-gadam-nap2027pdf \[sk.06.08.21\]](https://likumi.lv/ta/id/315879-par-latvijas-nacionalo-attistibas-planu-2021-2027-gadam-nap2027pdf [sk.06.08.21)
40. Rīgas domes Mājokļu un vides departaments. Rīgas valstspilsētas gaisa kvalitātes uzlabošanas rīcības programma 2021.-2025. gadam. Iegūts no: [https://mvd.riga.lv/nozares/vides-parvalde/gaisa-kvalitate/\[sk.06.08.21\]](https://mvd.riga.lv/nozares/vides-parvalde/gaisa-kvalitate/[sk.06.08.21)
41. Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departamenta. Rīgas pilsētas sabiedrības Integrācijas pamatnostādnes 2019. - 2024.gadam. Iegūts no: [https://integracija.riga.lv/lv/integracija?target=news_item&news_item=apstiprinatas-rigas-sabiedribas-integrācijas-pamatnostadnes-un-ricības-plans-3543 \[sk.06.08.21\]](https://integracija.riga.lv/lv/integracija?target=news_item&news_item=apstiprinatas-rigas-sabiedribas-integrācijas-pamatnostadnes-un-ricības-plans-3543 [sk.06.08.21)
42. Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments. Mobilitātes rīcības programma. Iegūts no: [https://www.rdpad.lv/rtp/ricības-programma//\[sk.06.08.21\]](https://www.rdpad.lv/rtp/ricības-programma//[sk.06.08.21)
43. Rīgas domes Labklājības departaments. Rīgas pilsētas Veselības profils 2021. gads. Iegūts no: [https://ld.riga.lv/files/Dazadi%20dokumenti/Rigas_veselības_profils.pdf\[sk.06.08.21\]](https://ld.riga.lv/files/Dazadi%20dokumenti/Rigas_veselības_profils.pdf[sk.06.08.21)
44. Rīgas domes Labklājības departaments. Rīgas pilsētas veselības profils. 2016. gads. Iegūts no: [https://www.spkc.gov.lv/lv/media/2983/download\[sk.06.08.21\]](https://www.spkc.gov.lv/lv/media/2983/download[sk.06.08.21)
45. ESAO un European Observatory on Health Systems and Policies sadarbībā ar Eiropas Komisiju. Latvija Valsts veselības profils 2019. Iegūts no: [https://ec.europa.eu/health/sites/default/files/state/docs/2019_chp_lv_latvian.pdf\[sk.06.08.21\]](https://ec.europa.eu/health/sites/default/files/state/docs/2019_chp_lv_latvian.pdf[sk.06.08.21)
46. Mistry K.B., Minkovitz C.S., Riley A. W., Johnson S. B., Grason H. A., Duba L. C. y, PhD, and Guyer B. , A New Framework for Childhood Health Promotion: The Role of Policies and Programs in Building Capacity and Foundations of Early Childhood Health. Am J Public Health. 2012 September; 102(9): 1688–1696. Iegūts no: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3482035/\[sk.06.08.21\]](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3482035/[sk.06.08.21)
47. World Health Organization. A health promoting school. Iegūts no: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255625/WHO-NMH-PND-17.3-eng.pdf\[sk.06.08.21\]](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255625/WHO-NMH-PND-17.3-eng.pdf[sk.06.08.21)
48. World Health Organization. Healthy diet. Iegūts no: [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet\[sk.06.08.21\]](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet[sk.06.08.21)
49. World Health Organization. Health Promoting School: an effective approach for early action on NCD risk factors, 2017. Iegūts no: [https://www.who.int/publications/i/item/health-promoting-school-an-effective-approach-for-early-action-on-ncd-risk-factors/\[sk.06.08.21\]](https://www.who.int/publications/i/item/health-promoting-school-an-effective-approach-for-early-action-on-ncd-risk-factors/[sk.06.08.21)
50. Int J Environ Res Public Health., 2021. Physical Activity of Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic—A Scoping Review Iegūts no: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8583307\[sk.06.08.21\]](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8583307[sk.06.08.21)
51. Eiropas darba drošības un veselības aizsardzības aģentūra, 2010. Iegūts no: [https://osha.europa.eu/lv/publications/factsheet-94-workplace-health-promotion-employees\[06.09.21\]](https://osha.europa.eu/lv/publications/factsheet-94-workplace-health-promotion-employees[06.09.21)

52. Slimību profilakses un kontroles centrs. Tematiskais ziņojums "Latvijas gados vecu iedzīvotāju veselības stāvoklis un to ietekmējošie faktori", 2012. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/sabiedribas-veselibas-datu-analize/latvijas-gados-vecu-iedzivotaju-veselibas-stavoklis-un-to-ietekmejosie-faktori-2012.pdf>[sk.06.08.21]
53. World Health Organization. WHO Global Forum on Innovations for Ageing Populations, 2013. Iegūts no: https://extranet.who.int/kobe_centre/sites/default/files/GFIAP_report_0.pdf[sk.06.08.21]
54. Rīgas Stradiņa universitāte. Patiesā HIV infekcijas izplatība Latvijā ir par trešdaļu lielāka. Iegūts no: <https://www.rsu.lv/aktualitates/patiesa-hiv-infekcijas-izplatiba-latvija-ir-par-tresdalu-lielaka>[sk.06.08.21]
55. Slimību profilakses un kontroles centrs. Iegūts no: HIV profilakses punkti . <https://www.spkc.gov.lv/lv/hiv-profilakses-punkti>[sk.06.08.21]
56. Slimību profilakses un kontroles centrs. Psihiskā veselība. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/psihiska-veseliba>[06.09.21]
57. LR Veselības ministrija, 2021. Ziņojums. Psihiskā veselība un psiholoģiskā noturība un ar to saistītie faktori Latvijas populācijā covid-19 pandēmijas laikā, turpmākās vadības virzieni. Iegūts no: <https://www.vm.gov.lv/lv/media/6491/download>[06.09.21]
58. Damian F Santomauro, Ana M Mantilla Herrera, Jamileh Shadid, Peng Zheng, Charlie Ashbaugh, David M Pigott. prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. LANCET, 2021. Iegūts no: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02143-7/fulltext#%20](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02143-7/fulltext#%20)[06.09.21]
59. Rīgas Stradiņa universitāte. Krūmiņa A.A. Veselībratība – koncepta attīstība e-vidē. Iegūts no: <https://www.rsu.lv/sites/default/files/imce/Dokumenti/prezentacijas/veselibpratiba.pdf> [sk.06.08.21]
60. Latvijas Universitāte, Promocijas darbs doktora grāda iegūšanai pedagogijā vispārīgās pedagogijas apakšnozarē. Promocijas darba autore: I. Stars, Pusaudžu veselībratības konceptualizācija veselības izglītības diskursā. Iegūts no: http://dspace.lu.lv/dspace/bitstream/handle/7/48881/298-72764-Stars_Inese_is14130.pdf?sequence=1 [sk.06.08.21]
61. Digital Health Literacy .https://www.who.int/global-coordination-mechanism/working-groups/digital_hl.pdf
62. World Health Organization. Improving health literacy. Iegūts no: <https://www.who.int/activities/improving-health-literacy>[sk.06.08.21]
63. Eurohealthnet, Iegūts no: Understand Health Inequalities and Act on Them- Health Inequalities portal (health-inequalities.eu)
64. WHO Regional Office for Europe. Healthy, prosperous lives for all: the European Health Equity Status Report, 2019. Iegūts no: <https://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/health-equity-status-report-2019>[sk.06.08.21]
65. EuroHealthNet. CHAIN infographic The COVID-19 pandemic and health inequalities. Iegūts no: https://eurohealthnet.eu/wp-content/uploads/documents/2020/201226_Factsheet_COVID19-Inequalities_CHAIN.pdf[sk.06.08.21]
66. World Health Organization. Regional Office for Europe. (2021). European Programme of Work 2020-2025: United Action for Better Health Iegūts no: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/339209>[sk.06.08.21]
67. United Nations Development Programme, 2018. A UNDP discussion paper and framework for implementation. What does it mean to leave no one behind? Iegūts no: https://olc.worldbank.org/system/files/1-5%20Pages%20from%20Discussion_Paper_LNOB_EN_lres-2.pdf[sk.06.08.21]
68. United Nations, 2015. Transforming our world: the 2030 agenda for sustainable development. Iegūts no: <https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/21252030%20Agenda%20for%20Sustainable%20Development%20web.pdf> [sk.06.08.21]
69. World Health Organization. Innov8 approach for reviewing national health programmes to leave no one behind: technical handbook, 2016. Iegūts no: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241511391>[sk.06.08.21]

70. Centrālā statistikas pārvalde, 2020. Informatīvais apskats. Nabadzības risks un sociālā atstumtība Latvijā. Iegūts no: https://www.csb.gov.lv/sites/default/files/publication/202001/Nr_08_Nabadzibas_risks_un_sociala_atstumtiba_Latvija_2019_%2820_00%29%20LV.pdf[sk.06.08.21]
71. Centrālā statistikas pārvalde. 2019. gadā turpināja samazināties nabadzības riskam pakļauto iedzīvotāju skaits. Iegūts no: <https://lvportals.lv/dienaskartiba/323227-2019-gada-turpinaja-samazinaties-nabadzibas-riskam-paklauto-iedzivotaju-skaits-2020>[sk.06.08.21]
72. Marczak J., Wittenberg R., Doetter L. F., Casanova G., Golinowska S., Guillen M., Rothgang H. Preventing social isolation and loneliness among older people. *Eurohealth*. Vol.25 | No.4 | 2019. Iegūts no: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332493/Eurohealth-25-4-3-5-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>[sk.06.08.21]
73. World Health Organization. WHO Global Forum on Innovations for Ageing Populations, 2013. Iegūts no: https://extranet.who.int/kobe_centre/sites/default/files/GFIAP_report_0.pdf[sk.06.08.21]
74. Ministru kabineta noteikumi Nr. 173. Rīgā 2018. gada 27. martā., Noteikumi par sociālās atstumtības riskam pakļauto iedzīvotāju grupām un sociālā uzņēmuma statusa piešķiršanas, reģistrēšanas un uzraudzības kārtību. Iegūts no: <https://likumi.lv/ta/id/298035-noteikumi-par-socialas-atstumtibas-riskam-paklauto-iedzivotaju-grupam-un-sociala-uznemuma-statusa-pieskirsanas-registresanas>[06.08.21]
75. Rīgas domes Labklājības departaments. Informācija cilvēkiem ar invaliditāti. Iegūts no: <https://ld.riga.lv/lv/socialie-pakalpojumi-102/socialie-pakalpojumi-49/informacija-cilvekiem-ar-invaliditati.html>[06.09.21]
76. Public Health England, 2014. Local action on health inequalities: Reducing the number of young people not in employment, education or training (NEET). Iegūts no: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/356062/Review3_NEETs_health_inequalities.pdf. [06.08.21]
77. Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments, Rīgas pilsētas plāns darbā ar jaunatni 2019. – 2023. gadam. Iegūts no: https://izglitiba.riga.lv/lv/izglitiba?news_item=jauns-rigas-pilsetas-plans-darba-ar-jaunatni-2019-2023-gadam-3036&target=news_item[06.08.21]
78. Rīgas domes Izglītības, kultūras un sporta departaments. Projekts : Atbalsts priekšlaicīgas mācību pārtraukšanas samazināšanai. Iegūts no: <https://iksd.riga.lv/lv/rd-iksd/projekti?target=7>[06.08.21]
79. Rīgas domes Labklājības departaments. Rīgas Sociālā dienesta. Atkarības profilakses sektors. Iegūts no: https://ld.riga.lv/lv/RSD_atkaribas_profilakse.html[06.08.21]
80. Biedrība AGIHAS. Latvijas HIV inficēto iedzīvotāju aptaujas dati. Iegūts no: <http://agihass.lv/publiskos-pirma-hiv-pozitivo-iedzivotaju-petijumadatus/>[06.08.21]
81. Rīgas domes Mājokļu un vides departaments. Projekts NonHazCity. Iegūts no: <https://mvd.riga.lv/par-mums/starptautiska-sadarbiba/projekts-nonhazcity/>[06.08.21]
82. European Commission. Environment.Green City Accord. Iegūts no: https://ec.europa.eu/environment/green-city-accord_lv/[06.08.21]
83. The World Health Organization, 2017. Preventing noncommunicable diseases (ncds) by reducing environmental risk factors. Iegūts no: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/258796/WHO-FWC-EPE-17.01-eng.pdf>[sk.06.08.21]
84. Joreintje D Mackenbach, Harry Rutter, Sofie Compernelle, Ketevan Glonti, Jean-Michel Oppert, Helene Charreire, Ilse De Bourdeaudhuij, Johannes Brug, Giel Nijpels & Jeroen Lakerveld. Obesogenic environments: a systematic review of the association between the physical environment and adult weight status, the SPOTLIGHT project. *BMC Public Health*, 233 (2014). Iegūts no: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-14-233>[sk.06.08.21]

85. World Health Organization, Promoting health: guide to national implementation of the Shanghai Declaration. Iegūts no: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-PND-18.2>[sk.06.08.21]
86. Pasaules Veselības organizācija, 2019. Healthy environments for healthier populations: Why do they matter, and what can we do? Iegūts no: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/WHO-CED-PHE-DO-19.01>[sk.06.06.21]
87. European Public Health Association. Key messages European Public Health Week 2021 Iegūts no: <https://eupha.org/repository/EUPHW/Resources/Key%20messages%20European%20Public%20Health%20Week%202021.pdf>[sk.06.06.21]
88. Rīgas pašvaldības aģentūra „Rīgas enerģētikas aģentūra”. Zaļā mobilitāte senioriem (GreenSAM). Iegūts no: <https://rea.riga.lv/lv/aktualie-projekti/projekti/greensam> [06.09.21]
89. GreenSAM Green Silver Age Mobility. City of Riga launched the Mobility Lab sessions. Iegūts no: <https://greensam.eu/city-of-riga-launched-the-mobility-lab-sessions/>[06.09.21]
90. Place Standard tool. Iegūts no: https://www.placestandard.scot/docs/Place_Standard_Strategic_Plan.pdf[06.09.21]
91. Project INHERIT (INter-sectoral Health and Environment Research for InnovaTion), Place Standard - North Macedonia & Latvia - INHERIT Iegūts no: <https://inherit.eu/triple-win-cases/place-standard-macedonia/>[06.09.21]
92. United Nations Human Settlements Programme (UN-Habitat),2021. Cities and Pandemics: Towards a More Just, Green and Healthy Future. Iegūts no: https://unhabitat.org/sites/default/files/2021/03/cities_and_pandemics-towards_a_more_just_green_and_healthy_future_un-habitat_2021.pdf[06.09.21]
93. World Health Organization Regional office for Europe, 2017. Urban green spaces: a brief for action. Iegūts no: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0010/342289/Urban-Green-Spaces_EN_WHO_web3.pdf[sk.06.08.21]
94. Rīgas pilsētas arhitekta birojs. Rīgas Stradiņa universitāte, Darba drošības un vides veselības institūts. Projekts „Klimata ietekmes, pielāgošanos klimata pārmaiņām un pielāgošanās iespēju sociāli ekonomisko vērtību novērtējums daudzdzīvokļu kvartālos Rīgā un Latvijā” („Rīgas daudzdzīvokļu namu mikrorajonu ilgtspējīga attīstība”). CO, CO2 un O3 mērījumu rezultātu apkopojums. Iegūts no: http://arhitekts.riga.lv/images/stories/petijumi-diskusijas/rigas-klimats/1_Vides_dala/RSU_petijums_CO_CO2_un_O3_2016.pdf[sk.06.08.21]
95. URBACT, Kallay T. Access to nature in cities improves health and boosts well-being | URBACT, 2020. Iegūts no: <https://urbact.eu/access-nature-cities-improves-health-and-boosts-well-being>. [sk.06.08.21]
96. Rīgas pilsētas pašvaldība, 2021. Rīga pievienojas Parīzes klimata deklarācijai. Iegūts no: <https://www.riga.lv/lv/jaunums/riga-pievienojas-parizes-klimata-deklaracijai>[06.09.21]
97. WHO , 2020. The WHO Global Strategy on Health, Environment and Climate Change Iegūts no: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331959/9789240000377-eng.pdf?ua=1>[06.09.21]
98. World Health Organization, 2018. COP24 Special report. Health and Climate change. Iegūts no: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/276405/9789241514972-eng.pdf>[06.08.21]
99. Ministru kabineta rīkojums Nr. 380, Rīgā 2019. gada 17. jūlijā. “Par Latvijas pielāgošanās klimata pārmaiņām plānu laika posmam līdz 2030. gadam. Iegūts no: <https://likumi.lv/ta/id/308330-par-latvijas-pielagosanas-klimata-parmainam-planu-laika-posmam-lidz-2030-gadam>[sk.06.08.21]
100. Eiropas Savienības Oficiālais Vēstnesis, Eiropas Ekonomikas un sociālo lietu komitejas atzinums par tematu “Veselīga un ilgtspējīga uztura veicināšana Eiropas Savienībā”. Iegūts no: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LV/TXT/PDF/?uri=CELEX:52018IE4568&from=EN>[06.08.21]
101. Veselīgs rīdziņš veselā Rīgā, 2015. Rīga – viena no 116 pilsētām, kuras parakstījušas Milānas Pilsētu pārtikas politikas paktu Iegūts no: <https://veseligrizdinieks.lv/riga-viena-no-116-pilsetam-kuras-parakstijusas-milanas-pilsetu-partikas-politikas-paktu>[06.08.21]

102. Rīgas domes Labklājības departaments, 2016. "Getliņi EKO" pārtikas ražošanas iniciatīva tiek atzīta par labāko Eiropas lielpilsētu iniciatīvu un programmu vidū. Iegūts no: <https://ld.riga.lv/lv/par-departamentu/preses-relizes/getlini-eko-partikas-razosanas-iniciativa-tiek-atzita-par-labako-eiropas-lielpilsetu-iniciativu-un-programmu-vidu.html>[06.08.21]
103. LR Vides aizsardzības un reģionālās attīstības ministrija. Kā veidojas gaisa piesārņojuma neredzami putekļi? Iegūts no: https://www.varam.gov.lv/sites/varam/files/content/files/Gaisa%20kampa%C5%86a/gaisa-piesarnojuma-infografika_gala_variants.pdf[06.08.21]
104. The BreatheLife Network. The air pollution in Riga, Latvia. Iegūts no: https://breathelife2030.org/city_data/riga/[06.08.21]
105. Eiropas Vides aģentūra, 2021. Eiropas pilsētu gaisa kvalitātes pārlūkprogramma. Iegūts no: <https://www.eea.europa.eu/lv/highlights/jauna-eiropas-pilsetu-gaisa-kvalitates> [06.08.21]
106. Veselības inspekcija, 2017. Ārtelpu gaisa piesārņojuma ietekme uz cilvēka veselību. Iegūts no: <https://www.vi.gov.lv/lv/piesarnojuma-ietekme>[06.08.21]
107. Rīgas domes Mājokļu un vides departaments. Gaisa kvalitāte. Iegūts no: <https://mvd.riga.lv/nozares/vides-parvalde/gaisa-kvalitate/>[06.08.21]
108. Rīgas gaisa kvalitātes indekss. Iegūts no: <http://gmsd.riga.lv/main.php>[06.08.21]
109. Ministru kabineta noteikumi Nr.1290., Noteikumi par gaisa kvalitāti. Iegūts no: <https://likumi.lv/ta/id/200712-noteikumi-par-gaisa-kvalitati>[06.09.21]
110. WHO, 2018. WHO Housing and health guidelines. Iegūts no: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550376>[06.09.21]
111. Rīgas pašvaldības policija. Stratēģiskais plāns 2021-2024. Iegūts no: <https://rpp.riga.lv/wp-content/uploads/2021/03/RPP-2021-2024.pdf>[06.09.21]
112. European Environment Agency. Urban sustainability in Europe – opportunities for challenging times. Iegūts no: <https://www.eea.europa.eu/publications/urban-sustainability-in-europe/urban-sustainability-in-europe> [sk.06.08.21]
113. Rīgas domes Pilsētas Attīstības departaments. Stratēģijas Uzraudzības Sistēma. Iegūts no: <https://sus.lv/>[sk.06.08.21]
114. Slimību profilakses un kontroles centrs. Rīgas veselības profils. Iegūts no: https://www.spkc.gov.lv/lv/latvijas-regionu-un-pasvaldibu-veselibas-profilu/rigas_pilseta_201020171.pdf[sk.06.08.21]
115. Rīgas domes Labklājības departaments. Rīgas pilsētas veselības profils. 2016. gads.
116. Centrālā statistikas pārvalde. Oficiālās statistikas portāls. Iegūts no: <https://stat.gov.lv/lv/>[sk.06.08.21]
117. Rīgas domes Pilsētas Attīstības departaments. Rīgas ekonomikas profils. Iegūts no: <https://www.rdpad.lv/rigas-ekonomikas-profilu/>[sk.06.08.21]
118. Eurostat. Life expectancy at birth by sex. Iegūts no: https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/sdg_03_10/default/table?lang=en[sk.06.08.21]
119. Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments. Demogrāfiskās prognozes Rīgā, tās apkaimēs un Rīgas metropoles iekšējā telpā, 2019. Iegūts no: https://sus.lv/sites/default/files/media/faili/gala_petijums_rdpad_final.pdf[sk.06.08.21]
120. Slimību profilakses un kontroles centrs. Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/4297/download>[sk.06.08.21]
121. Slimību profilakses un kontroles centrs, Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/veselibu-ietekmejoso-paradumu-petijumi>[sk.06.08.21]
122. European Commission. Initiatives on Nutrition and Physical Activity. Iegūts no: https://ec.europa.eu/health/sites/default/files/nutrition_physical_activity/docs/2019_initiatives_npa_en.pdf [sk.06.08.21]

123. LR Veselības ministrija, 2020. Pētījums par sāls un joda patēriņu Latvijas pieaugušo iedzīvotāju populācijā. Iegūts no: www.esparveselibu.lv [sk.06.08.21]
124. World Health organization. WHO calls on countries to reduce sugars intake among adults and children. Iegūts no: <https://www.who.int/news/item/04-03-2015-who-calls-on-countries-to-reduce-sugars-intake-among-adults-and-children> [sk.06.08.21]
125. Slimību profilakses un kontroles centrs. Infografika. Patiesība par cukuru. Iegūts no: https://www.spkc.gov.lv/sites/spkc/files/data_content/infografika_cukurs1.pdf[sk.06.08.21]
126. Slimību profilakses un kontroles centrs. Latvijas reģionu veselības profils 2010-2019. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/5071/download>[sk.06.08.21]
127. Slimību profilakses un kontroles centrs, 2021. Atkarību izraisīto vielu lietošana 2020. gadā. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/15536/download>[06.09.21]
128. Slimību profilakses un kontroles centrs. Latvija Valsts ziņojums par narkotikām, 2019., 2020. gads. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/15036/download>[sk.06.08.21]
129. Ķīvīte-Urtāne A., Civjāne L., Isajeva L., Kaupe R., Vanaga – Arāja D., Veisberga L. (2019). Narkotiku lietošanas paradumi un tendences Latvijā. Narkotiku lietotāju kohortas pētījuma 11.posma rezultāti. Slimību profilakses un kontroles centrs, DIA+LOGS. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/petijumi/narkotiku-lietosanas-paradumi-un-tendences-latvija-2019.pdf>[sk.06.08.21]
130. Slimību profilakses un kontroles centrs. Ikgadējais HIV gadījumu skaits Latvijas Republikas statistiskajos reģionos. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/hivaidstatistika>[sk.06.08.21]
131. Slimību profilakses un kontroles centrs, Atbalsta pasākumi kaitējuma mazināšanai. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/atbalsta-pasakumi-kaitejuma-mazinasanai>[sk.06.08.21]
132. Slimību profilakses un kontroles centrs. Ikgadējais HIV gadījumu skaits Latvijas Republikas statistiskajos reģionos. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/hivaidstatistika>[sk.06.08.21]
133. Slimību profilakses un kontroles centrs. Iegūts no: HIV profilakses punkti . <https://www.spkc.gov.lv/lv/hiv-profilakses-punkti>[sk.06.08.21]
134. Kukša L. Tuberkuloze Latvijā. Iegūts no: <https://arsts.lv/jaunumi/liga-kuksa-tuberkuloze-latvija>[sk.06.08.21]
135. Slimību profilakses un kontroles centrs. Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījums Latvijā 2018./2019. mācību gads. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/media/4375/download> [sk.06.08.21]
136. Slimību profilakses un kontroles centrs. Iegūts no: <https://www.spkc.gov.lv/lv/fiziskas-aktivitates> [sk.06.08.21]
137. Zemkopības ministrija. Dalībiskolas programmā ‘‘Piens un augļi skolai’’. Iegūts no: <http://piensaugliskolai.lv/lv/par-programmu/dalibskolas/>[sk.06.08.21]
138. World Health Organization. Healthy diet. Iegūts no: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>[sk.06.08.21]
139. N. Vik Frøydis, Van Lippevelde Wendy, C. Øverby Nina. Free school meals as an approach to reduce health inequalities among 10–12- year-old Norwegian children. BMC Public Health. Iegūts no: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-7286-z>[sk.06.08.21]
140. LR Veselības ministrija. VM sadarbībā ar IZM un LM aicina vienoties par nacionāla līmeņa pieeju nīrgāšanās izplatības mazināšanai un novēršanai izglītības vidē, 2021. Iegūts no: https://www.vm.gov.lv/lv/jaunums/vm-sadarbiba-ar-izm-un-lm-aicina-vienoties-par-nacionala-limena-pieeju-nirgasanas-izplatibas-mazinasanai-un-noversanai-izglitibas-vide?utm_source=https%3A%2F%2Fwww.google.lv%2F[sk.06.08.21]
141. LR Veselības ministrija. Pētījums par procesu atkarību (azartspēļu, sociālo mediju, datorspēļu atkarība) izplatību Latvijas iedzīvotāju vidū un to ietekmējošiem riska faktoriem. Iegūts no: <https://www.vm.gov.lv/lv/media/1540/download>[sk.06.08.21]

142. Slimību profilakses un kontroles centrs, Atkarību izraisošo vielu lietošanas paradumi un tendences skolēnu (ESPAD), 2019. Iegūts no:
[https://www.spkc.gov.lv/lv/media/6109/download\[sk.06.08.21\]](https://www.spkc.gov.lv/lv/media/6109/download[sk.06.08.21])
143. Slimību profilakses un kontroles centrs. Infografika. Elektroniskā cigarete jeb e-cigarete. Iegūts no:
[https://www.spkc.gov.lv/sites/spkc/files/data_content/elektroniskacigaretеспkcinfografikaa41.pdf\[sk.06.08.21\]](https://www.spkc.gov.lv/sites/spkc/files/data_content/elektroniskacigaretеспkcinfografikaa41.pdf[sk.06.08.21])
144. Slimību profilakses un kontroles centrs. Novēršamo traumu izplatība Latvijā Bērnu traumatisms. Iegūts no:
[https://www.spkc.gov.lv/lv/media/1372/download\[sk.06.08.21\]](https://www.spkc.gov.lv/lv/media/1372/download[sk.06.08.21])
145. Rīgas domes Pilsētas attīstības departaments, 2020. Pilsētvides attīstību raksturojošo pakalpojumu kvalitātes un pieejamības novērtēšanas metodika Rīgas apkaimju līmenī. Iegūts no:
[https://sus.lv/sites/default/files/media/faili/ii_posms_pakalpojumu_pieejamibas_novertesana_vizualizacija.pdf\[06.09.21\]](https://sus.lv/sites/default/files/media/faili/ii_posms_pakalpojumu_pieejamibas_novertesana_vizualizacija.pdf[06.09.21])
- 146.

PROJEKTA VEIKŠANA