



Kā veicināt veselību un uzlabot starpnozaru sadarbību, izmantojot deviņu pilsētu piemēru

Idejas pašvaldībām

Healthy Boost

Dizainu izstrādājis, salicis un publicējis **Ecoprint AS**

Finansētājs: **Interreg Baltijas jūras reģiona programma**

Brošūra ir sagatavota Interreg projektā "Healthy Boost" ar mērķi atspoguļot pilsētās ieviestos pilotprojektus un sniegt kopsavilkumu par tiem, kā arī dalīties starpnozaru sadarbības veicināšanas paraugpraksēs.

2021

Saturs

Ievads	2
Turku	4
Helsinki	7
Čerepoveca	11
Pleskava	15
Tartu	19
Jelgavas novads	23
Klaipēda	27
Suvalki	31
Poznaņa	35

Stāsts par projektu “Healthy Boost”

Ievads

Administratīvajās lomās strādājošajiem pilsētās un novados ir liela darba slodze un robusta darba kultūra. Pašvaldībām trūkst resursu un rīku, kas ļautu risināt mūsdienu sarežģītās veselības problēmas, piemēram, lieko svaru un fizisko aktivitāšu trūkumu. Veselības un labklājības nozarēs strādājošie nevar vien paši atrisināt šādas neveselīga dzīvesveida izraisītas problēmas. Lai radītu un ieviestu visaptverošas un efektīvas prakses, ir nepieciešama sadarbība ar citām nozarēm – satiksmes plānotājiem, uzturēšanas un kultūras nozari, MVU un iedzīvotājiem. Projektā “Healthy Boost” tiek izstrādāts modelis pilsētu pārvaldēm un profesionāļiem ar dažādu departamentu, nozaru un organizāciju iesaisti viņu darbā. Paraugprakses var panākt un lēmumus var pieņemt tikai labas sadarbības rezultātā, un starpnozaru sadarbības modelis, kas radīts projektā “Healthy Boost” un ieviests pilotversijā, uzrāda sadarbības stiprās un vājās puses.

Projekts aizsākās ar pamatinformācijas un literatūras izpēti, un pēc pašreizējās situācijas izvērtēšanas projekta partnerpilsētās tika veikts starpnozaru sadarbības pašnovērtējums gan stratēģiskajā, gan operatīvajā līmenī. Ar šo informāciju projekta partneri no Baltijas jūras reģiona sniedz pienesumu modeļa izveidē. Modelis ir jautājumu kopums, kas palīdz vietējā līmeņa vadītājiem, administratoriem, speciālistiem dažādās nozarēs, kā arī NVO, MVU un pilsētu iedzīvotājiem iesaistīties starpnozaru sadarbībā, lai plānotu prakses, kas veicina iesaisti, un aktualizētu tās. Projekts “Healthy Boost” papildus uzlaboja modeli, ieviešot pilotprojektus partnerpilsētās. Pilotprojektos pievērsās problēmām, kas saistītas ar neveselīgu dzīvesveidu. Visos projektos bija nepieciešama sadarbība ārpus savas nozares, testēšana un modeļa pielietošana, lai uzlabotu efektivitāti. Pilotpartneri sadarbojās pa pāriem, konsultējot viens otru par problēmām, ar kurām tie sastapās, un daloties pozitīvajā pieredzē. Šobrīd vairāk nekā 50 personas no deviņām Baltijas jūras reģiona pašvaldībām ir piedalījušās modeļa testēšanā. Šīs personas būs cieši iesaistītas kampaņu izpildē, tādējādi daloties pieredzē par labu sadarbību starp struktūrvienībām. Šie celmlauži paver iespējas atvērtākai sadarbības kultūrai pašvaldību darbā.

Paraugprakšu kopums, kas iegūts “Healthy Boost” pilotprojektos, kalpos par piemēru valsts pārvaldes struktūrās, lai gūtu iedvesmu sadarbībai ar mērķi uzlabot iedzīvotāju veselību un labklājību. Mērķa grupā ietilpst pašvaldības, MVU un veselības un labklājības jomas pārstāvji Baltijas jūras reģionā, kā arī citas nozares, kas ieinteresētas sadarbībā, kuras rezultātā tiek uzlabota iedzīvotāju veselība.

Projekts “Healthy Boost” piedāvā rīkus un paņēmienus, kas palīdzēs risināt 21. gadsimta sarežģītās problēmas veselīgākam Baltijas jūras reģionam.



Turku – laba pilsēta Tev

Turku Somija



Fotogrāfs: Seilo Ristimäki

Turku ir vecākā pilsēta Somijā, kas dibināta 1229. gadā. Tā atrodas Somijas dienvidrietumos, pie Auras upes. Turku ir ap 194 000 iedzīvotāju. Daudzpusīgā nodarbinātības struktūra, augsta līmeņa izglītības, kultūras un pakalpojumu izvēle, kā arī skaistais arhipelāgs veido lielisku vidi Turku pilsētā.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

Turku pilsēta piedāvā lieliskus pakalpojumus labsajūtas uzlabošanai, tomēr iedzīvotāji ne vienmēr par tiem ir informēti, kā arī pilsētas struktūru darbinieku organizētās labsajūtu veicinošās aktivitātes ne vienmēr tiek pamanītas un novērtētas.

Turku pilsētas pilotprojekta galvenie mērķi bija: Nostiprināt un izskaidrot jēdzienu “Turku tekee hyvää” (Turku – laba pilsēta Tev) pilsētas iedzīvotājiem, palīdzot aktīvi veicināt ģimeņu labklājību un veselību. Veicināt sabiedrības informētību, lai labklājība un veselība būtu pieejama visiem iedzīvotājiem. Padarīt redzamākus tos pasākumus, kas veicina Turku iedzīvotāju veselību un labsajūtu.

Galveno aktivitāšu īss apraksts

Darba grupu veselības un labsajūtas veicināšana ar komunikāciju un koprades darbsemināriem. Šī bija viena no mūsu paraugpraksēm, kuru vēlamies aprakstīt sīkāk.

Visiem vecumiem draudzīgas pilsētas statusa popularizēšana.

Iedzīvotāju informēšana par labsajūtas un veselības saglabāšanu koronavīrusa epidēmijas laikā un pēc tās, popularizējot labsajūtu veicinošas aktivitātes.

Mākslas un kultūras aktivitātes veselības un labsajūtas veicināšanai.

Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

Koprades darbsemināros mēs sākumā intervējām grupu vadītājus un pēc tam lūdzām viņiem atgriezenisko saiti. Mēs radām risinājumus esošajām komunikācijas problēmām, kas, mūsuprāt, ir lielisks panākums. Grupas norādīja uz problēmām, kas saistītas ar komunikāciju, informācijas plūsmu un tīklošanu, kā arī vienojās par to, kā risināt šīs problēmas (piemēram, precizēja lomas un pienākumus, nolēma iesaistīt visus dalībniekus darba kārtības organizācijas procesā, izveidoja ikgadēju plānu sanāksmju un komunikācijas uzlabošanai, vienojās par kopējiem mērķiem). Aktivitātes mērķis: grupas nāk klajā ar paņēmieniem un sadarbības spēli, kas var tikt izmantota un ieteikta kopradē arī citām grupām.

Veicinošie faktori un šķēršļi

+ Darbsemināros apskatītā tēma tika pozitīvi novērtēta.

Organizācijas atbalsts; darbsemināru atbalstīja Labklājības uzraudzības grupa (Wellbeing Steering Group).

Mēs saņēmām atsauksmes un idejas par mūsu digitālās pieredzes rīku, kā arī par darbsemināriem.

– Ieinteresētās personas ir no visdažādākajām nozarēm, tāpēc ne vienmēr saprata problēmu pamatcēloņus.

COVID-19 epidēmijas laikā pilsētas pašvaldības darbinieki bija ļoti aizņemti. Darbsemināra laikā nesanāca pievērsties sociālajiem medijiem, taču mums izdevās organizēt atsevišķu mācību sesiju par to, kā izmantot sociālos medijus no veselības un labsajūtas ekspertu viedokļa.



Fotogrāfs: Simo Ahtee



Fotogrāfs: Heidi Pelander

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

Darbsemināros netika iesaistīti iedzīvotāji/MVU. Tomēr mēs koncentrējāmies uz šīm ieinteresētajām personām citās pilotprojekta aktivitātēs.

Pilsētas pašvaldības atsauksmes bija konstruktīvas, un semināri tika pozitīvi novērtēti.

Starpsektoru sadarbības modeļa izmantošana

- +** Modelis nodrošināja jau iepriekš sagatavotus jautājumus darbsemināram. Jautājumi bija lielisks veids, kā uzsākt komunikāciju.

Modelī tiek pievērsta īpaša uzmanība starpnozaru sadarbībai; tas bija noderīgi, kad darbsemināros tika apspriesti starpnozaru komunikācijas jautājumi.

- Dažās situācijās modelis var būt pārāk abstrakts vai vispārējs; piemēram, mēs pārfrāzējām dažus jautājumus, lai tie labāk atbilstu mūsu vajadzībām.

Ne visas stadijas/domēni ir būtiski visās situācijās. Tāpēc posmi vai jomas ir jāpielāgo un jāatrod vislabākie risinājumi konkrētai situācijai, taču tas var prasīt laiku, un lietotājam ir labi jāpārzina šis modelis.

Darbsemināros mēs uzdevām dažus jautājumus no modeļa, izmantojot Mentimeter (reāllaika balsošanas lietotni). Pēc Mentimeter balsojuma grupai bija arī iespēja apspriest viņu atbildes.

Jautājumi dažādās grupās bija atšķirīgi, tomēr visām grupām tika uzdots jautājums par motivāciju (Kādi faktori varētu motivēt partnerus iesaistīties starpnozaru sadarbībā?). Jautājumu un atbilžu iespējas tika nedaudz mainītas, lai labāk atbilstu darbsemināra vajadzībām. Jautājumā – “Kādi faktori varētu motivēt jūs uzlabot komunikāciju kā daļu no jūsu darba pienākumiem?” – sadarbība tika vērsta tieši uz komunikāciju. Ikviens grupā varēja balsot par trim svarīgākajām motivācijas problēmām. Šis jautājums tika izvēlēts, jo motivācija kļuva par centrālo tēmu intervijās ar grupu adītājiem, kas tika veikti pirms darbsemināriem.

Mēs izmantojām šo modeli arī pilotprojekta darba kārtības veidošanā un pasākumu plānošanā.

Nākotnes plāni

Tā kā mūsu pilsētā notiek organizatoriskā pārstrukturēšanās, tieši šobrīd jaunajām komandām ir nepieciešama komunikācijas plānošana. Pamatojoties uz darbsemināru rezultātiem, mums ir iecere izveidot rokasgrāmatu darba grupu komunikācijai.

Vairāk informācijas:

 www.turku.fi

 eeva.hamalainen@turku.fi

Iedzīvotāju darba grupas attālināto treniņu pakalpojumu uzlabošanai vecāka gadagājuma iedzīvotājiem

Helsinki Somija



Fotogrāfs: Mika Lappalainen

Helsinki ir Somijas galvaspilsēta ar aptuveni 656 000 iedzīvotājiem. Tās mērķis ir radīt vislabākos iespējamus apstākļus pilsētā saviem iedzīvotājiem un apmeklētājiem, cenšoties kļūt par pasaules funkcionālāko pilsētu. Funkcionāla pilsēta nozīmē konkrētas darbības un izvēles, kas padara iedzīvotāju ikdienas dzīvi raitu un vienmērīgu. Katram iedzīvotājam – gan jaunam, gan vecam, gan ar veselības traucējumiem – ir iespēja dzīvot kvalitatīvu un notikumiem bagātu dzīvi, saņemot atbalstu un pakalpojumus, kas nepieciešami visiem dzīves posmiem. Funkcionāla pilsēta ir piemērota vecāka gadagājuma cilvēkiem un tiem, kam nepieciešama īpaša palīdzība un atbalsts.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

- COVID-19 situācija ir radījusi lielāku vajadzību pēc attālināto treniņu pakalpojumiem.
- Vajadzība pēc šiem pakalpojumiem ir īpaši augsta vecāka gadagājuma iedzīvotāju vidū, jo fiziskās aktivitātes līmenis ir krities pandēmijas radīto ierobežojumu dēļ.
- Pilsētai ir jāatbild uz šo pieprasījumu un jāturpina attīstīt attālināto treniņu pakalpojumus, nodrošinot tos saviem iedzīvotājiem.

Galveno aktivitāšu īss apraksts

- Darba grupas uzklaušja vecāka gadagājuma iedzīvotāju viedokli un vajadzības, lai attīstītu viņiem sniegtos attālināto treniņu pakalpojumus.
- Darba grupas arī sniedza informāciju par vecāka gadagājuma iedzīvotāju viedokļiem, kas saistīti ar tiešsaistes dalību.
- Tika iesaistīti dažādi pakalpojumu sniedzēji un eksperti, kas strādā ar vecāka gadagājuma iedzīvotājiem, un viņu pieredze tika izmantota gan plānošanā, gan arī jauninājumu īstenošanā.



Fotogrāfs: Katja Tähjä

Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

- Veiksmīgas darba grupu sanāksmes tiešsaistē, neskatoties uz pandēmijas radītajiem izaicinājumiem.
- Dalībnieki jūtas sadzirdēti un atbalstīti.
- Tiek veikti attiecīgie pētījumi, lai atbalstītu dalībnieku darbu un iniciatīvas, organizējot attālināto treniņu pakalpojumus vecāka gadagājuma iedzīvotājiem un nākot klajā ar risinājumiem, kā sekmīgi iesaistīt vecāka gadagājuma iedzīvotājus tiem paredzēto pakalpojumu izstrādē.
- Pētījumu rezultātu sadalījums un pielietojums dažādās pilsētas aktivitātēs un iniciatīvās (tiks apstiprināti pēc piloprojekta).

Veicinošie faktori un šķēršļi

- +** Motivācija nodrošināt vecāka gadagājuma iedzīvotāju iesaisti, izmantojot izmēģinājuma pasākumus un ieguldījumu no dalībniekiem, kas veltījuši laiku un palīdzējuši rast risinājumus minētajām problēmām.

Skaidrs priekšstats par informāciju, kas nepieciešama pakalpojumu attīstībai, un kā to iegūt.

Projekta komandas un galvenā partnera spēcīgā apņemšanās un efektīvā sadarbība.

- Pandēmijas un tās radīto ierobežojumu dēļ mums bija problēmas ar dalībnieku atrašanu, kā arī nācās atlikt darba grupas pasākumus.

Tā kā darba grupu pasākumi tika organizēti tiešsaistē, mēs nevarējām sasniegt dalībniekus, kuriem nav piekļuves internetam un/vai viedierīcēm. Tādējādi šajā posmā mēs saņēmām informāciju tikai no dalībniekiem, kas jau pārzina digitālās ierīces un tiešsaistes pakalpojumus.

Mums jādomā par to, kā turpmāk mudināt vecāka gadagājuma iedzīvotājus piedalīties darba grupās, it īpaši, ja tās tiek organizētas tiešsaistē, un, ja iespējams, censties piedāvāt iespēju piedalīties bezsaistē.

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

Iedzīvotāju iesaistīšana ir ļoti svarīga pakalpojumu attīstībai. It īpaši izstrādājot tiešsaistes pakalpojumus iedzīvotājiem, kuriem, iespējams, nav pietiekamu digitālo prasmju vai pat trūkst aprīkojuma dalībai tiešsaistē. Informācija tiek sagatavota, pamatojoties uz dalībnieku idejām un viedokļiem, un mēs iegūstam ieskatu niansēs, par kurām iepriekš neesam iedomājušies. Iedzīvotāji jūtas iesaistīti un novērtēti, kā arī apgūst kaut ko jaunu par pilsētas pārvaldes procesiem.

Iedzīvotāju atsauksmes palīdz pilsētas pašvaldībai izprast viņu vajadzības, t.i., kas ir jāmaina un jāpārdomā pilsētas sniegtajos pakalpojumos, kādi uzlabojumi ir nepieciešami attālināto treniņu

pakalpojumiem no vecāka gadagājuma iedzīvotāju viedokļa. Atsauksmes bija ļoti pozitīvas, un dalībnieki atzina, ka dalība bija patīkama un vērtīga.

Pamatojoties uz iedzīvotāju sniegto informāciju un ieskatu, pilsētas pašvaldība un tās nodaļas uzlabos vecāka gadagājuma iedzīvotājiem sniegtos attālinātos pakalpojumus

Starpsektoru sadarbības modeļa izmantošana

- +** Modelis kalpo kā noderīgs kontrolsaraksts sadarbības uzsākšanai un tās veidošanai, it īpaši starpnozaru sadarbības gadījumā, meklējot jaunus paņēmienus un veidus jūsu vai jūsu organizācijas darbam.

To var pielietot konkrētam gadījumam vai uzdevumam; atkarībā no uzdevuma modelis var veicināt tālāko virzību un attīstību.

- Mums šis modelis nesniedza neko jaunu, tā kā mēs esam pieredzējuši starpnozaru un koprades sadarbībā.

Tēmas, ko mēs uzskatām par svarīgām sadarbībā, piemēram, partneru saistības un izmaiņas personālā, kas ir ļoti bieži sastopamas mūsu praksē, nebija iekļautas pilotprojektā.

Šis modelis mums bija visnoderīgākais, kad sākām ciešāku sadarbību ar mūsu galveno partneri. Mēs izmantojām modeli, veidojot sadarbības uzsākšanas anketu mūsu galvenajam partnerim, lai radītu uzticamāku vidi un veicinātu apņemšanos īstenot eksperimentālo sadarbību. Anketas struktūrā mēs izmantojām dažus jautājumus un atbilžu iespējas.

Nākotnes plāni

Kopā ar mūsu galveno partneri mēs izplatām iedzīvotāju darba grupu rezultātus par citām pilsētas aktivitātēm un iniciatīvām, kas tiks izmantotas turpmākajā darbā. Darba grupu rezultāti tiek izmantoti arī esošo pakalpojumu uzlabošanā. Līdz ar galvenajiem rezultātiem, arī citi darba grupu panākumi tiks iekļauti faktisko procesu secinājumos, kas turpmāk tiks izmantoti līdzīgu notikumu plānošanā.

Vairāk informācijas:

 www.hel.fi/helsinki/en/administration/participate/channels/participation-model/healthy-boost-eu-project

Veselības portāls „0-5-30“

Čerepoveca Krievijas Federācija



Fotogrāfs: Yuri Yakunichev

Čerepoveca ir nozīmīgs rūpniecības centrs Krievijas ziemeļrietumos. Čerepovecas ekonomiskā potenciāla pamatā ir melnās metalurģijas un ķīmiskās rūpniecības uzņēmumi. Mūsdienās Čerepoveca ir lielākā rūpnieciskā pilsēta Vologdas apgabalā: pilsētas ekonomiskie rādītāji nosaka visa reģiona sociālekonomisko stāvokli (apmēram 80% produkcijas tiek saražota tieši Čerepovecā).

Pateicoties labvēlīgajam ekonomiski ģeogrāfiskajam stāvoklim, attīstītajai transporta infrastruktūrai, liela ekonomiskajam potenciālam un augsti kvalificētiem darbiniekiem, Čerepoveca ir viens no visattīstītākajiem rūpniecības centriem valstī.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

2016. gadā Čerepoveca nolēma sekot Pasaules Veselības organizācijas ieteikumiem. Saskaņā ar šiem ieteikumiem tika izstrādāts un uzsākts pilsētas projekts “0-5-30”. Projekta pamatmērķi ir vērsti uz kontrolējamiem iedzīvotāju mirstības faktoriem – šo faktoru ietekmēšana var būt pozitīva attiecībā uz stratēģiskajiem mērķiem, kas saistīti ar pilsētas iedzīvotāju paredzamā dzīves ilguma palielināšanu:

- iedzīvotāju mudināšana atteikties no kaitīgajiem ieradumiem (projekta “0” daļa);
- labu uztura paradumu attīstīšana dažādās iedzīvotāju vecuma grupās (projekta “5” daļa);
- fizisko aktivitāšu veicināšana iedzīvotāju vidū (projekta “30” daļa).

Neskatoties uz acīmredzamo koncepcijas vienkāršību, tās īstenošanai nepieciešama nopietna, visaptveroša programma, kas apvienos visu ieinteresēto personu centienus, kā arī piešķirs konkrētas lomas katram dalībniekam. Pašlaik pilsētas mediju telpā trūkst viena resursa, kurā būtu apkopota visa informācija par jautājumiem, kas saistīti ar veselīgu dzīvesveidu, slimību profilaksi utt.

Pilotprojekta ietvaros Čerepovecā tiek īstenotas aktivitātes, lai uzlabotu starpnozaru sadarbības mehānismu pilsētas projekta “0-5-30” īstenošanā: tiek izstrādāta tiešsaistes platforma (Veselības portāls “0-5-30”), kas apkopos informāciju, atsauces un izglītojošus resursus/pakalpojumus par sabiedrības veselības veicināšanu.

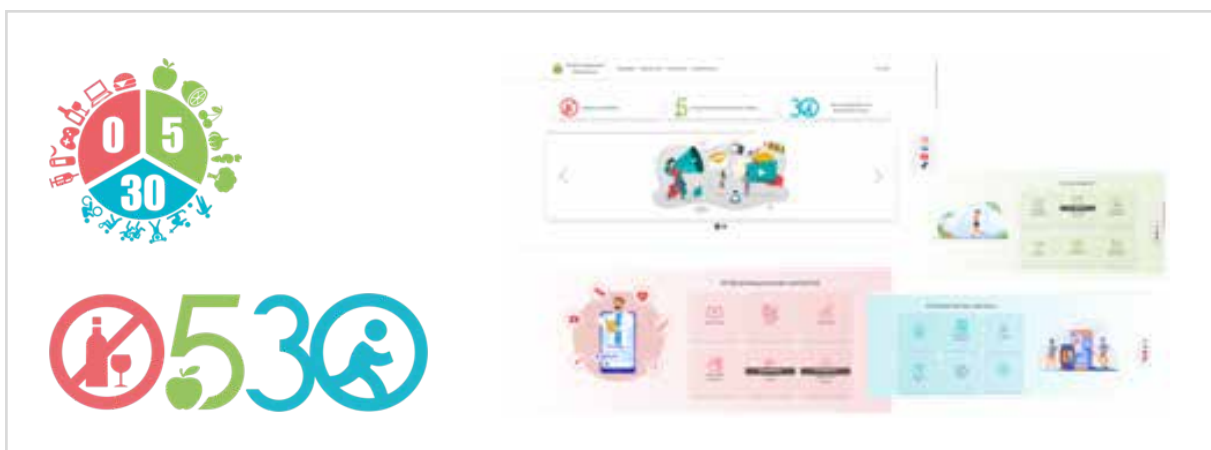
Galveno aktivitāšu īss apraksts

Pilsētas stratēģiskais mērķis ir palielināt pašreizējo un nākamo paaudžu paredzamo dzīves ilgumu un dzīves kvalitāti. Lai sasniegtu šo mērķi, izmantojot starpnozaru sadarbības mehānismu starp dažādu jomu komerciālajām un nevalstiskajām organizācijām un pilsētas administrācijas struktūrām, tiek īstenotas aktivitātes, kuru mērķis ir veselīga dzīvesveida popularizēšana un dažādu vecuma grupu izpratnes veicināšana par veselīgu dzīvesveidu un nepieciešamību to saglabāt.

Projekta galvenais mērķis ir apkopot informāciju, atsauces un izglītojošus resursus/pakalpojumus par sabiedrības veselības veicināšanu.

Projekts apvieno plašu dalībnieku loku – pilsētas administrācija, augstākās izglītības iestādes, vispārizglītojošās skolas, pirmsskolas izglītības iestādes, uzņēmumi, veselības aprūpes iestādes, sporta un sabiedriskās organizācijas.

Veselības portāla “0-5-30” izveidošanas projektā tika iesaistīti vairāk nekā 30 dalībnieki no dažādām nozarēm. Projekta laikā notika tiešsaistes un klātienē semināri, mērķgrupu darbs, koprades darbsemināri, apaļā galda sanāksmes, kā arī grupu un individuālās tikšanās.



Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

Tiek izstrādāts Veselības portāla projekts “0-5-30” un veidots portāla sadaļu saturs atbilstoši mērķauditoriju vajadzībām.

Veicinošie faktori un šķēršļi

- + Pozitīvs projekta sasniegums – iespēja iegūt un attīstīt starpnozaru sadarbības pieredzi dažādos formātos (gan klātienēs, gan neklātienēs, gan attālinātos tiešsaistes formātos).
- Galvenās grūtības projekta īstenošanā izraisīja ieviestie ierobežojošie pasākumi, lai novērstu koronavīrusa (COVID-19) infekcijas izplatīšanos, tādējādi kavējot starpnozaru sadarbību un ierobežojot saziņas formas ar projekta dalībniekiem.



Fotogrāfs: Alina Grudina

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

Ieguvumi no pilsētas iedzīvotāju un MVU iesaistīšanas

Uzņēmumu un pilsētas iedzīvotāju iesaistīšana sniedz plašāku izpratni par interesēm un vajadzībām, kas jāņem vērā, attīstot starpnozaru sadarbību.

Atsauksmes no pilsētas iedzīvotājiem un MVU

Atgriezeniskā saite ļauj mums ņemt vērā dažādu pušu viedokļus par vietnes turpmāku attīstību un uzlabošanu, kā arī ļauj panākt vienprātību abpusēji izdevīgas sadarbības turpināšanai.

Atsauksmes no pilsētas administrācijas

Efektīvākai projekta īstenošanai pilsētas administrācija ņem vērā visu starpnozaru sadarbības dalībnieku viedokļus.

Starpsektoru sadarbības modeļa izmantošana

Modelis piedāvā starpnozaru sadarbības veicināšanas principus, kas ir pieejami visos līmeņos.

Modelis ļauj novērtēt attiecības ar sadarbības partneriem konkrētās situācijās.

Sadarbība nodrošina plašākas rīcības iespējas, lielāku efektivitāti, maksimizētus ieguvumus, samazina risku, kā arī palielina projekta dalībnieku konkurētspēju, apvienojot centienus un daloties ar zināšanām un prasmēm.

Starpnozaru sadarbības modeļa izaicinājumi ir atsevišķu dalībnieku zemo motivācijas līmenis un atšķirīgā iesaistīšanās pakāpe Veselības portāla attīstībā.

Čerepovecā īstenotais projekts ir paredzēts plašam ieinteresēto personu lokam. Galalietotāji ir visas pilsētas iedzīvotāju grupas. Modelis ļauj organizēt dažādu pušu savstarpējas komunikācijas procesus ar diezgan ierobežotiem resursiem, nodrošināt efektīvu komunikāciju starp dažādiem partneriem atšķirīgos līmeņos, kā arī koordinēt šo darbu, lai sasniegtu vēlamu rezultātu.

Modelis ir piemērots starpnozaru sadarbības analizēšanai un novērtēšanai pēc projekta ieviešanas posma –

uz to norāda VISU dalībnieku atsauksmes par modeļa darbības principiem. Modelis ļauj atrast vājās vietas un novērst tās turpmākajos projektos vai posmos, tomēr šai modeļa daļai trūkst starpnozaru sadarbības novērtēšanas rīku.

Pateicoties informācijas resursu izmantošanai un attīstībai, sākotnējās izstrādes posmos modelis ļauj analizēt pašreizējo situāciju un pieredzi gan Krievijā, gan citviet pasaulē, kas saistīta ar sabiedrības izpratni par veselīgu dzīvesveidu. Mēs veicām analīzi un ņēmām vērā mums nepieciešamos novērojumus. Starpnozaru sadarbības procesā bija iesaistītas gandrīz visas puses – visi atrada kaut ko interesantu tieši savai nozarei. Īstenošanas posmā mēs analizējām un ņēmām vērā vairākas idejas saistībā ar Veselības portāla vietnes saturu.

Modelis palīdz ievērot tādus aspektus kā partneru atlase plānošanas posmā, domājot par viņu motivāciju, kompetenci un iespējamajiem riskiem projektam (piemēram, Veselības portāla “0-5-30” izstrādē mums ir nepieciešami IT speciālisti, taču šo speciālistu pakalpojumi ir diezgan dārgi, tāpēc ierobežoto līdzekļu dēļ mēs apsvēram domu iesaistīt studentus, jo viņi ir motivēti izmēģināt savas prasmes ārpus akadēmiskās vides, tādā veidā pilnveidojot nepieciešamās kompetences; tomēr pastāv arī risks, ka studentu kompetences var būt nepietiekamas, taču šo risku novērš kompetenti pasniedzēji un universitātes apņemšanās izpildīt savas saistības).

Plānojot projektu, mēs noteicām iespējamus riskus, kas saistīti gan ar partneru dalību, gan ar finansējuma trūkumu. Ierobežotā budžeta dēļ mēs apsvēram iespēju piesaistīt uzņēmumus dalībai projektā (izmantojot reklāmu mūsu mājaslapā). Pateicoties modelim, mēs analizējām potenciāli ieinteresēto dalībnieku loku no uzņēmējdarbības aprindām un noteicām viņu motivāciju. Sadarbības rezultātā uzņēmumu pārstāvji kļuva gan par vienu no Veselības portāla vietnes izstrādātājiem, gan par iespējamo finansiālā atbalsta avotu portāla darbībai.

Nākotnes plāni

Plāni: apkopot pilnīgu informāciju Veselības portāla “0-5-30” vietnē; iepazīstināt pilsētas vadību un ekspertus ar tā demo versiju; izstrādāt noteikumus turpmākai sadarbībai ar ieinteresētajām pusēm (ieskaitot uzņēmumus); izstrādāt portāla popularizēšanas plānu plašsaziņas līdzekļos.

Pēc pilotprojekta mērķu sasniegšanas tiek plānots galīgais novērtējums un turpmākā Veselības portāla attīstība.

Vairāk informācijas:

Irina Sergeevna Sultanova

Čerepovecas pilsētas domes Sociālo programmu nodaļas vadītāja

✉ sultanovais@cherepovetscity.ru

Fizisko aktivitāšu centrs “Skolas stadions”

Pleskava Krievijas Federācija



Fotogrāfs: Katerina Kochkina

Pleskava ir viena no senākajām Krievijas pilsētām, kas atrodas valsts ziemeļrietumos. Reģionam ir unikāla atrašanās vieta, jo tas robežojas ar trim valstīm: Latviju, Igauniju un Baltkrieviju. Pleskava robežojas arī ar četrām Krievijas Federācijas teritorijām: Ļeņingradas, Novgorodas, Tveras un Smoļenskas apgabalu. Piekļuve Baltijas jūras ostām un ārvalstu tirgiem padara šī reģiona atrašanās vietu par ekonomiski un ģeogrāfiski labvēlīgu, ļaujot piedalīties starpreģionālās un starptautiskās sadarbības integrācijas procesos. Reģionā, kurā ir tīrs gaiss un ūdens, kā arī dažādas atpūtas iespējas, ilgtspējīga attīstība var nodrošināt patīkamu pilsētvidi, veselīgu ekoloģiju un ilgtspējīgu transporta infrastruktūru.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

Tomēr pilsētā trūkst vietu, kur cilvēki varētu nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm, tāpēc, lai palielinātu fizisko aktivitāti, radās iecere izveidot īpašas vietas dažādām iedzīvotāju grupām. Pilotprojekta mērķis – izveidot fizisko aktivitāšu vietu iedzīvotājiem, kā pamatu izmantojot skolas stadionus.

Galveno aktivitāšu īss apraksts:

- Fokusgrupas
- Semināri tiešsaistē un bezsaistē
- Koprades darbsemināri
- WhatsApp grupa, lai dalītos ar idejām un pieredzi
- Jaunu ideju testēšana, izmantojot Mērķu spēli
- Pilotprojektā tika iesaistīti vairāk nekā 40 dalībnieki no dažādām nozarēm (MVU, NVO, skolas, universitātes, uzņēmumi, pašvaldības)



Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti pilotprojektā, un kā tie tiek novērtēti

Pilotprojekta īstenošana bija ļoti veiksmīga, par ko liecina saņemto pozitīvo atsauksmju skaits (no iedzīvotājiem, skolēniem un viņu vecākiem) un ierosinājumi veidot līdzīgas fizisko aktivitāšu vietas citos pilsētas rajonos.

Veicinošie faktori un šķēršļi

- ➕ Pleskavas pilsētas administrācijas Pārrobežu sadarbības un tūrisma komitejas, Pleskavas pilsētas administrācijas Izglītības departamenta, Pleskavas pilsētas administrācijas Fiziskās kultūras, sporta un jaunatnes lietu komitejas atbalsts gan sākumposmā, gan īstenošanas posmā

Skolu direktoru spēcīgā motivācija radīt ērtu, modernu un skaistu vietu, kur bērni varētu sportot

Iedvesmoti apkārtnes iedzīvotāji

Spēcīga projekta komandas, skolu direktoru, skolēnu un viņu vecāku motivācija.



- Grūtības organizēt starpnozaru sadarbību sākumposmā, jo ne visām ieinteresētajām pusēm bija pietiekama motivācija un zināšanas šajā jomā. Grūtības noteikt dalībnieku lomas un ieguldījumu projektā

Līgumdarbu aizkavēšanās Covid-19 pandēmijas dēļ

Zemāka tiešsaistes sanāksmju efektivitāte, salīdzinot ar klātienes sanāksmēm.

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

- Iedzīvotāju iesaistīšana ļāva labāk izprast patiesās problēmas un vajadzības. Tāpēc stadionu būvniecības projektos tika ņemtas vērā dažādu vecuma grupu vajadzības
- Iedzīvotāju atsauksmes skaidri norādīja, ka mēs virzāmies pareizajā virzienā
- Pilsētas administrācija pilnībā atbalstīja topošo skolu stadionu būvniecību – fizisko aktivitāšu vietas visām iedzīvotāju grupām arī citviet pilsētā



Starpsektoru sadarbības Modeļa izmantošana

- + Modelis palīdz izprast, kā racionāli organizēt darbu, iedalīt dalībnieku lomas, veidot komunikāciju un noteikt projekta īstenošanas posmus

Modelis dod iespēju novērtēt sadarbības procesu kopumā.

- Sākumā modelis var šķist sarežģīts
Ir nepieciešams laiks, lai to izprastu un iemācītos izmantot
Būtu nepieciešami piemēri un instrukcija modeļa izmantošanai.



Modelis bija īpaši noderīgs tieši motivācijas posmā. Tas palīdzēja atrast iemeslus, lai motivētu visas ieinteresētās puses piedalīties projektā.

Jāatzīmē, ka modelis bija ļoti noderīgs arī plānošanas posmā, kad mēs strādājām pie VR brillu programmatūras. Tas palīdzēja izvēlēties visinteresantākās programmas.

Nākotnes plāni

- Divi jauni skolu stadioni – fizisko aktivitāšu vietas ir rekonstrukcijas stadijā.
- Kopā ar visām Pleskavas pilsētas administrācijas nodaļām plānojam izmantot modeli arī ikdienas darbā.



Vairāk informācijas:

Kristina Kobyz
Pārrobežu sadarbības un tūrisma komitejas vadītāja
Pleskavas pilsētas administrācija

✉ pskovcbc@mail.ru

Fotogrāfijas: Pleskavas pilsētas

Āra sanāksmes “Pastaiga un saruna”

Tartu Igaunija



Fotogrāfs: Tarmo Haud

Tartu ir otrā lielākā pilsēta Igaunijā ar aptuveni 100 000 iedzīvotāju. Tā ir vieda pilsēta ar aktīviem un radošiem cilvēkiem. Pateicoties atrašanās vietai Emajegi upes ielejā, pilsēta sniedz iedzīvotājiem iespēju izjust prieku no aktivitātēm, kas saistītas ar ūdeni un jaukām pastaigām gar upi. Parki, veloceliņi un sporta laukumi visā pilsētā veicina iedzīvotāju fizisko aktivitāti.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

- Daudzu valstu programmu pamatā ir rūpes par bērnu veselību, taču bieži vien netiek pievērsta pietiekama uzmanība pieaugušajiem.
- Pieaugušie parasti pavada visu darba dienu sēžot, un ceļojumi vai ārpus darba aktivitātes bieži vien nespēj kompensēt fiziskās aktivitātes trūkumu.
- Problēmas ar fizisko un garīgo veselību rodas no ilgstošas sēdēšanas.

Galveno aktivitāšu īss apraksts

- Darbseminārs iedzīvotājiem – kā būt aktīvākam darba dienas laikā? Āra sanāksmes kā viena no darbsemināra metodēm.

- Facebook grupa aktīvas darba dienas un āra sanāksmju ideju un pieredzes kopīgošanai.
- Darba devēji tiek mudināti nodrošināt darbiniekiem fiziskās aktivitātes darba dienas laikā, integrējot kustības darba vidē, jo darba devējs nespēj ietekmēt to, ko darbinieks dara pēc darba.
- Āra sanāksmes ir viens no veidiem, kā sanākt kopā COVID-19 pandēmijas laikā.



Fotogrāfs: Riin Saaremõts

Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

- Par panākumiem liecina dalībnieku skaits FB grupā un to iesaiste
- Ieraksti par āra sanāksmēm vai tiešās atsauksmes no darba devējiem/darbiniekiem
- Domāšanas veida maiņa – tikšanās brīvā dabā ir parasta darba dienas daļa biroju darbiniekiem Tartu.

Veicinošie faktori un šķēršļi

- ➕ Atbalsts un spēcīga politiskā griba padarīt Tartu par aktīvu pilsētu.

Atbalsts no citām pilsētas pašvaldības nodaļām iedzīvotāju ideju īstenošanai attiecībā uz aktīvu darba dienu (piemēram, elektriskie velosipēdi ne tikai privātpersonām, bet arī darba devējiem).

Spēcīga projekta komandas motivācija un partneris – Tartu Universitāte.



Fotogrāfs: Mana Kaasik

- Attieksme pret āra sapulcēm sākumā nebija pozitīva. Nebija pārliecības, ka pastaigas laikā ir iespējams veikt darba pienākumus.

Kā mēs varam motivēt iedzīvotājus dalīties pieredzē par aktīvām sanāksmēm? Mēs zinām, ka viņi izmanto šo metodi, taču reti dalās savās pārdomās FB grupā.

Pilsētplānošana un pieejamības uzlabošana ir laikietilpīga – ne visas labās idejas var īstenot uzreiz. Tādējādi iedzīvotājiem varētu šķist, ka viņu idejas netiek uztvertas nopietni.



Fotogrāfs: Evelin Lumi

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

- Pilsētas iedzīvotāju un darba devēju iesaistīšanās sniedz mums pārliecību, ka esam uz pareizā ceļa. Reālas problēmas iegūst reālus risinājumus, pateicoties iedzīvotāju un darba devēju idejām un darbībām. Pozitīvisms un kopīgs ieguldījums, kas rodas sadarbības rezultātā, veicina izpalīdzīgas kopienas vidi.
- Iedzīvotāju atsauksmes palīdz pilsētas pašvaldībai izprast viņu vajadzības, kas jāmaina pilsētvidē un kādi uzlabojumi jāveic, rīkojot āra sanāksmes.
- Pamatojoties uz iedzīvotāju atsauksmēm, pilsētas pašvaldība uzlabo pilsētplānošanu. Āra sanāksmes ir arī normāla darba dienas daļa pilsētas pašvaldībā – tās ir īpaši ieteicamas koronavīrusa pandēmijas laikā.

Starpsektoru sadarbības modeļa izmantošana

+ Modelis piešķir struktūru sanāksmei.

Jauniem darbiniekiem šis modelis var kalpot kā palīgrīks, uzsākot projektu. Tas palīdz saprast esošo situāciju un atrast piemērotus partnerus mērķu sasniegšanai.

Ja esat iestrēdzis un jums trūkst ideju, šajā modelī aplūkotie jautājumi palīdz atrast izeju.

- Dažas modeļa tēmas pārklājas. Ja neesat labi iepazinies ar modeli vai vēl neesat pieradis to izmantot, tas var jūs mulšināt.

Reālie procesi var novest citā virzienā un neseķot sākotnējā modeļa struktūrai. Ja pārāk cieši sekojat līdzī struktūrai, tas var kavēt jūsu radošumu.

Modelis bija noderīgs, kad sākām plānot daļu no mūsu pilotprojekta – tas mums palīdzēja noteikt potenciālos partnerus starpnozaru sadarbībai. Kad nolēmām mainīt pilotprojekta gaitu, izmantojām jautājumus motivācijas jomā, kas noveda mūs pie secinājuma, ko mēs varam darīt un ko nav prātīgi darīt pašreizējā situācijā.

Nākotnes plāni

- Kopā ar citām nozarēm vēlamies noteikt esošās un izveidot jaunas āra sanāksmju zonas, kā arī uzlabot tās (norādot pieejamību ar augstapapēžu kurpēm, riteņiem, slinkiem kolēģiem – cik liels attālums ir jāveic, kur atrodas soliņi, ūdens, atpūtas vietas, apkārtnē).
- Mēs vēlamies turpināt attīstīt āra sanāksmju kultūru Tartu.
- Vēlamies izstrādāt viedus risinājumus ārtelpām.



Fotogrāfs: Lilian Lukka

Vairāk informācijas:

 www.tartu.ee
 tht@tartu.ee

Veselīga, vietēja un sezonāla ēdināšana izglītības iestādēs

Jelgavas novads Latvija



Jelgavas novads atrodas pašā Latvijas sirdī – Zemgales reģionā. Tajā dzīvo 33 855 iedzīvotāji, un 3 797 no tiem ir bērni un jaunieši vecumā no 6 līdz 18 gadiem. Tā kā bērni lielāko dienas daļu pavada izglītības iestādēs, ir svarīgi nodrošināt veselīgu ēdināšanu, jo tā ir viens no labklājības un veselīga dzīvesveida stūrakmeņiem.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

- Šobrīd spēkā esošie Ministru kabineta noteikumi pilnībā nenodrošina sezonālas, vietējas un veselīgas pārtikas izmantošanu izglītības iestādēs
- Ja skolas ēdienkarte nepiedāvā sabalansētu un garšīgu ēdienu atbilstoši bērnu gaumei, skolēni mēdz iegādāties neveselīgas uzkodas un dzērienus
- Neveselīgs ēdiens rada problēmas ar fizisko (aptaukošanās un liekais svars) un garīgo veselību (atstumtība un izsmiešana)

Galveno aktivitāšu īss apraksts

- Uztura speciālisti veica ēdienkartes analīzi divās Jelgavas novada mācību iestādēs
- Jaunu ēdienkaršu un tehnoloģisko karšu izstrāde (5 ēdienkartes katram gadalaikam – rudenim, ziemai un pavasarim)
- Mācības un meistarklases abu skolu pavāriem un skolēniem
- Video lekcijas vecākiem, lai informētu par veselīgu uzturu
- VR spēle PRO-porcija
- Uztura piramīdas ar vietējiem produktiem katram gadalaikam
- Veselīga dzīvesveida skola 40 skolēniem

Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

- Pilotprojektā piedalījās aptuveni 200 bērni
- Bērnu uztura paradumu maiņa saskaņā ar viņu novērtējumu – ievērojams skaits bērnu pauda, ka uzturā lieto vairāk augļu un dārzeņu
- Salīdzinoši liels to bērnu skaits, kuri vēlējās izmēģināt izstrādātās receptes mājās, kā arī pauda vēlmi tās iekļaut skolu ēdienkartēs pēc pilotprojekta beigām



Veicinošie faktori un šķēršļi

- +** Spēcīga motivācija un sadarbība projekta komandā un divās partnerskolās
Skaidrs redzējums un pārliecība, ka visas lielās izmaiņas sākas ar nelielu soli
Labi plānotas, mērķtiecīgas un papildinošas aktivitātes pilotprogrammā, kas palīdzēja atbalstīt mērķa grupas iesaisti un motivāciju
- Izaicinājumi motivēt skolu ēdināšanas uzņēmumus un uzsākt ar viņiem komunikāciju
Katra ieraduma maiņa ir laikietilpīgs process, tāpēc mēs ceram, ka esam spēruši pirmo soli pretī galvenajam mērķim
Skolas ietvaros var paveikt daudz, taču jāpiedalās arī vecākiem

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

Savstarpējā sadarbība starp ieinteresētajām pusēm palīdzēja veidot pilotprojekta aktivitātes. Bērnu iesaistīšana jauno ēdienkaršu novērtēšanā palielināja viņu motivāciju un vēlmi piedalīties. Ēdināšanas uzņēmumi ieguva jaunas zināšanas, piedalījās mācībās, kā rezultātā mainījās viņu attieksme par veselīgas, vietējas un sezonālas pārtikas izmantošanas principiem.



Skolēnu atsauksmes ļāva pielāgot ēdienkartes tieši viņu vajadzībām. Tas, ka bērni ir nogaršojuši, novērtējuši un izvēlējušies labākās ēdienkartes, veicinās ēšanas paradumu maiņu un viņu vēlmi iekļaut šos ēdienus skolas ēdienkartēs. Sadarbība ar skolu ēdināšanas uzņēmumiem ļāva izprast dažādas problēmas ēdināšanas sistēmā, kas jāatrisina valstiskā līmenī, virzot šos jautājumus tālāk.

Pamatojoties uz ieinteresēto pušu atsauksmēm, pašvaldība ir gatava piedāvāt izstrādātās ēdienkartes citām novada skolām. Pašvaldība ir iesaistīta dažādās darba grupās, lai risinātu ar skolu ēdināšanu saistītās problēmas arī valstiskā līmenī.

Starpsektoru sadarbības modeļa izmantošana

- +** Modelis palīdzēja risināt problēmas, kas saistītas ar ieinteresēto pušu iesaistīšanos un motivāciju

Ja mēs saprotam, ka kaut kas nerisinās, mēs varam atvērt modeli, ieskatīties un saprast apgalvojumus, kam pievērst uzmanību

Modelis ir labs atgādinājums par to, kas jāpatur prātā, veidojot veiksmīgu sadarbību.

- Jāapzinās, ka modelis nav vienkāršs kontrolsaraksts – modelis drīzāk ir vadlīnijas, kas palīdzēs orientēties starpnozaru sadarbības procesā

Ņemiet vērā, ka dažas modeļa tēmas pārklājas – modelis kļūst skaidrāks, sākot to lietot

Mēs uzskatām, ka modelis ir ļoti noderīgs un labs palīgrīks sadarbības uzsākšanas posmā. Mums bija nepieciešama palīdzība komunikācijā ar skolu ēdināšanas uzņēmumiem, jo nebija viegli tos uzrunāt un motivēt piedalīties. Modeļa komunikācijas sadaļā mēs uzzinājām, kā vislabāk sazināties ar partneriem – vai labāk ir piezvanīt vai rakstīt e-pastus, vai WhatsApp ziņas, kā tos labāk iesaistīt, cik svarīga ir atgriezeniskā saite. Mēs apsverām dažādus saziņas kanālus un formas.

Nākotnes plāni

Kopā ar citām ieinteresētajām pusēm un organizācijām centīsimies panākt vislabākos risinājumus ēdināšanas jautājumiem, tostarp valstiskā līmenī, vajadzības gadījumā virzot izmaiņas likumdošanā

Vēlamies turpināt attīstīt veselīgu, vietēju un sezonālu ēdināšanu skolās

Novēlam mūsu bērniem būt veseliem un laimīgiem, jo veselība ir laimīgas dzīves atslēga!

Vairāk informācijas:

 www.jelgavasnovads.lv

 anita.skutane@jelgavasnovads.lv

 dace.maulina@jelgavasnovads.lv

Fotogrāfijas: Jelgavas novads

Ilgtspējīgas mobilitātes koncepcijas izstrāde

Klaipēda Lietuva



Fotogrāfs: Mantas Volungevičius

Klaipēda ir trešā lielākā Lietuvas pilsēta ar aptuveni 149 000 iedzīvotājiem. Tā atrodas Baltijas jūras krastā, 311 km uz ziemeļrietumiem no galvaspilsētas Viļņas, kā arī pilsēta ir vienīgā jūras osta valstī. Klaipēda ir viens no galvenajiem Lietuvas ekonomiskajiem centriem un ļoti nozīmīgs tranzīta mezgls. 2011. gadā Klaipēda kļuva par PVO Eiropas Veselīgo pilsētu tīkla dalībnieku.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

Problēma:

Dzīvesveida aptaujas atklāja, ka Klaipēdas iedzīvotāju problēma ir fizisko aktivitāšu trūkums.

Pilotprojekta mērķis:

Paplašināt ilgtspējīgas mobilitātes iespējas un iekļaut vairāk dalībnieku Eiropas Mobilitātes nedēļas organizētajos pasākumos.

Interesētās puses:

Klaipēdas pilsētas pašvaldība, Klaipēdas pašvaldības policijas galvenais komisariāts, Klaipēdas Valsts lietišķo zinātņu universitāte, MVU Iron Cat, Klaipēdas sabiedriskais transports, Klaipēdas skolas un pirmsskolas izglītības iestādes.

Īstenošanas statuss:

Projekts pabeigts. Izstrādātais VR rīks tiks prezentēts plašākai sabiedrībai pēc pandēmijas ierobežojumu atcelšanas.

Galveno aktivitāšu īss apraksts

- Dalība Eiropas Mobilitātes nedēļā 2020 un dažādu pasākumu organizēšana, lai palielinātu informētību un veicinātu alternatīvu, nemotorizētu transporta veidu izmantošanu: Eiropas Mobilitātes nedēļas aktivitāšu plāna sagatavošana Klaipēdas pilsētā; viktorīna Klaipēdas jauniešiem un vecāka gadagājuma cilvēkiem par ilgtspējīgas mobilitātes nedēļu; konkurss Facebook (Klaipēdas pilsētas Sabiedrības veselības biroja konts); gaismas atstarotāju izsniegšana, ko nodrošina Klaipēdas pašvaldības policijas galvenais komisariāts; starptautiskā diena bez automašīnām, ko organizē Klaipēdas sabiedriskais transports; izstrādātā starpnozaru sadarbības modeļa izmantošana sanāksmju laikā un apspriedēs ar ieinteresētajām pusēm.
- VR rīka izstrāde Klaipēdas pilsētas velomaršrutu demonstrēšanai: tikšanās ar Klaipēdas Valsts lietišķo zinātņu universitātes pārstāvjiem, lai demonstrētu un apspriestu virtuālās realitātes programmatūru; kopīgu semināru organizēšana ar VR izstrādātājiem – MVU Iron Cat –, lai analizētu dizaina risinājumus un pārbaudītu VR demonstrācijas versiju.

Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

- Par sekmīgu rezultātu liecina iesaistīto personu skaits, "patīk" atzīmju skaits un dalīšanās reizes Facebook ierakstā, kas saistīts ar pilotprojekta īstenošanu; organizēto sanāksmju un koprades darbsemināru skaits ar ieinteresētajām pusēm; pilotprojektā iesaistīto organizāciju skaits; dalības līmenis organizētajos pasākumos.
- Pilotprojekta ietekme tiks mērīta dzīvesveida aptaujās (2022., 2024. gadā), novērtējot iedzīvotāju fiziskās aktivitātes līmeni;
- VR rīka izmantošanas līmenis tiks mērīts pēc pandēmijas ierobežojumu atcelšanas.

Enablers and barriers in pilot

+ Iepriekšējā veiksmīgā pieredze pasākumu īstenošanā Eiropas Mobilitātes nedēļas laikā; Spēcīga motivācija un dažādu ieinteresēto pušu savstarpējais atbalsts; Vietējo stratēģiju plāni, kas ir saskaņā ar veiksmīgu politikas ietvaru.

– Pandēmija izraisīja nepieciešamību atlikt VR rīka kopīgu izmantošanu, plānotās klātienes tikšanās ar ieinteresētajām pusēm tika aizstātas ar tiešsaistes sanāksmēm un konsultācijām, izmantojot e-pastus un tālruņa zvanus; Iedzīvotāju intereses trūkums piedalīties fizisko aktivitāšu pasākumos; Laika trūkums, lai īstenotu plānotās pilotprojekta aktivitātes.

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

- Pilsētas iedzīvotāju un MVU iesaistīšana ļāva mums sasniegt pilotprojektā izvirzītos mērķus un uzdevumus. Tomēr pēc pandēmijas beigām būs iespējams veikt uzlabojumus, iesaistot vēl vairāk pilsētas iedzīvotāju un MVU.
- Atsauksmes no pilsētas iedzīvotājiem tiks izvērtētas, kad Covid-19 situācija ļaus aicināt viņus izmantot VR rīku.
- Klaipēdas pilsētas pašvaldības pārstāvji izmantos izstrādāto starpnozaru modeli sadarbības plānošanai un īstenošanai ar citiem partneriem.



Starpsektoru sadarbības modeļa izmantošana

- ➕ Starpnozaru sadarbības modelis kalpo kā kontrolesaraksts, lai pārliecinātos, ka konkrētajā projekta posmā nekas nav palaists garām.

Starpnozaru sadarbības modelis ir īpaši noderīgs jaunajiem komandas locekļiem, kas pievienojas projektam.

- Starpnozaru sadarbības modelis varbūt ir pārāk vispārīgs; to varētu uzlabot, pievienojot piemērus, kas attiecas uz sabiedrības veselības veicināšanas nozari.

Starpnozaru sadarbības modeļa izkārtojums dažkārt ir mulsinošs; būtu vieglāk izmantot un saprast modeli, uzlabojot tā izkārtojumu.

Pirmajā reizē, kad modelis tika izmantots praktiskajās mācībās Kauņā pirms pilotprojekta izveides, tika analizēts plānošanas posms. Modelis tika izmantots kā kontrolesaraksts, un daži punkti tika izmantoti kā temati sanāsmēs ar ieinteresētajām pusēm. Īpaši noderīga bija motivācijas stadija – izvirzīt kopīgus mērķus, lai motivētu partnerus starpnozaru sadarbībai.



Nākotnes plāni

Pēc pandēmijas beigām plānots aicināt mērķa grupu apmeklēt Klaipēdas pilsētas Sabiedrības veselības biroju, lai izmantotu VR rīku. Savukārt Eiropas Mobilitātes nedēļā iecerēts turpināt organizēt pasākumus, kā arī piesaistīt jaunas ieinteresētās personas pasākuma aktivitāšu plāna izveidē.



Vairāk informācijas:

 www.sveikatosbiuras.lt/lt/projektai/sveikatos-pletra

 laura@sveikatosbiuras.lt

Fotogrāfijas: Laura Kubiliūtė

Pirmsskolas vecuma bērnu veselības profilakse un aizsardzība

Suvalki Polija



Suvalki ir pilsēta Polijas ziemeļaustrumos – Podlases provincē pie Čarna Haņča upes – netālu no robežas ar Lietuvu, Krievijas Federāciju un Baltkrieviju.

Pilsētai ir rajona tiesības, un tā ir lauku rajonu apvienības un kopienas mājvieta. Suvalku platība ir 65,5 km², un tajā dzīvo aptuveni 70 tūkstoši iedzīvotāju. Tā ir otrā lielākā pilsēta Podlases provincē pēc Belostokas.

Gleznainas ainavas, neskaitāmi ezeriņi, pakalni un biezi meži – tieši šādā vietā atrodas Suvalki. Mēdz teikt, ka Suvalku reģionam piemīt pasakaīns skaistums un katra ainava ir pastkartes cienīga. Tiek uzskatīts, ka šī pilsēta ir visviesākā vieta Polijā (pat mūsu talismans ir polārlācis). Mēs šo pilsētu saucam par “līdzsvarotu vietu”, kur iedzīvotāju možais gars veido līdzsvaru ar skarbajiem klimatiskajiem apstākļiem.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

Pieejamie dati liecina, ka bērnu veselības problēmas, kas saistītas ar neinfekcijas slimībām, mūsdienās ir sastopamas arvien biežāk.

Mēs uzskatām, ka problēmas, kas ļoti bieži rodas tieši pirmsskolas vecumā, var negatīvi ietekmēt turpmākās dzīves kvalitāti un palielināt slimību risku. Tāpēc vislabāk tās risināt agrīnā stadijā vai novērst, pirms tās rodas. Tā kā bērnu veselības problēmu cēloņi dažkārt ir sarežģīti, daudznozaru pieeja ir vislabākā metode, ko piemērot.

Aktivitāšu īstenošana (sports un veselīgs uzturs) bērniem pirmsskolas izglītības iestādēs (izmantojot projektā iegādātos paplašinātās realitātes rīkus). Labāks zināšanu līmenis par uzturu un veselīgu dzīvesveidu.

Tika izveidota darba grupa ar pārstāvjiem no valsts un privātā sektora veselības aprūpes/izglītības/NVO u.c., piemēram, bērnodārzu direktori, uzņēmēji, administrācijas pārstāvji, pašnovērtējuma procesā iesaistītās personas un iesaistītās organizācijas. Darba grupai bija būtiska ietekme uz pilotprojekta attīstību, kā arī konsultācijām VR jomā.

Galveno aktivitāšu īss apraksts

1. Darbsemināri – atklāta veida nodarbības, kas paredzētas bērniem, vecākiem, skolotājiem, administrācijas pārstāvjiem un apkalpojošam personālam: 14 sanāksmes un apmācības, kurās piedalījās aptuveni 200 skolotāju un 250 pirmsskolas vecuma bērnu vecāku (īstenoti vismaz 11 darbsemināri).
2. Pilotprojekti organizēti 3 izglītības iestādēs aptuveni 220 pirmsskolas vecuma bērniem.
3. Masu pasākums “Veselības diena pirmsskolas vecuma bērniem” (atcelts).
4. XR rīku iegāde izglītības iestādēm.
5. Projekta dokuments pirmsskolas vecuma bērnu veselības profilakses un aizsardzības jomā.
6. “Veselīgie rīki” bērniem izglītības iestādēs.

Visas plānotās aktivitātes netika pilnībā ieviestas pandēmijas dēļ (attiecībā uz masu pasākumiem). Īstenotās aktivitātes izglītības iestādēs (1 bērnodārzs un 2 pamatskolas ar pirmsskolas izglītības iespējām):

- 11 darbsemināri;
- pilotprojekti (kas tika organizēti ilgāk, nekā sākotnēji plānots – 13 mēnešus);
- XR rīku iegāde izglītības iestādēm;
- Pirmais veselīgo “rīku” iepirkums.

Izglītojošo pasākumu temati:

- koriģējošā vingrošana abu ķermeņa pušu koordinācijai un sporta aktivitātes ar Sensoplasty elementiem;
- kustību vingrinājumi, iesaistot maņas;
- vispārējās attīstības nodarbības ar mūzikas psihoterapijas un roku terapijas elementiem;
- vispārējās attīstības vingrinājumi ar mākslas terapijas elementiem un relaksācijas nodarbībām;
- spēles un aktivitātes – sporta sacensības grupās.

Eksperimenti pilotprojekta ietvaros – pilotprojekta aktivitātes bija paredzēts uzsākt 2020. gadā pēc darbsemināriem. 2019. gada 20. decembrī tika publicēts atklāts konkurss darbsemināru organizēšanai. XR rīku iegādei tika rīkoti 2 konkursi.

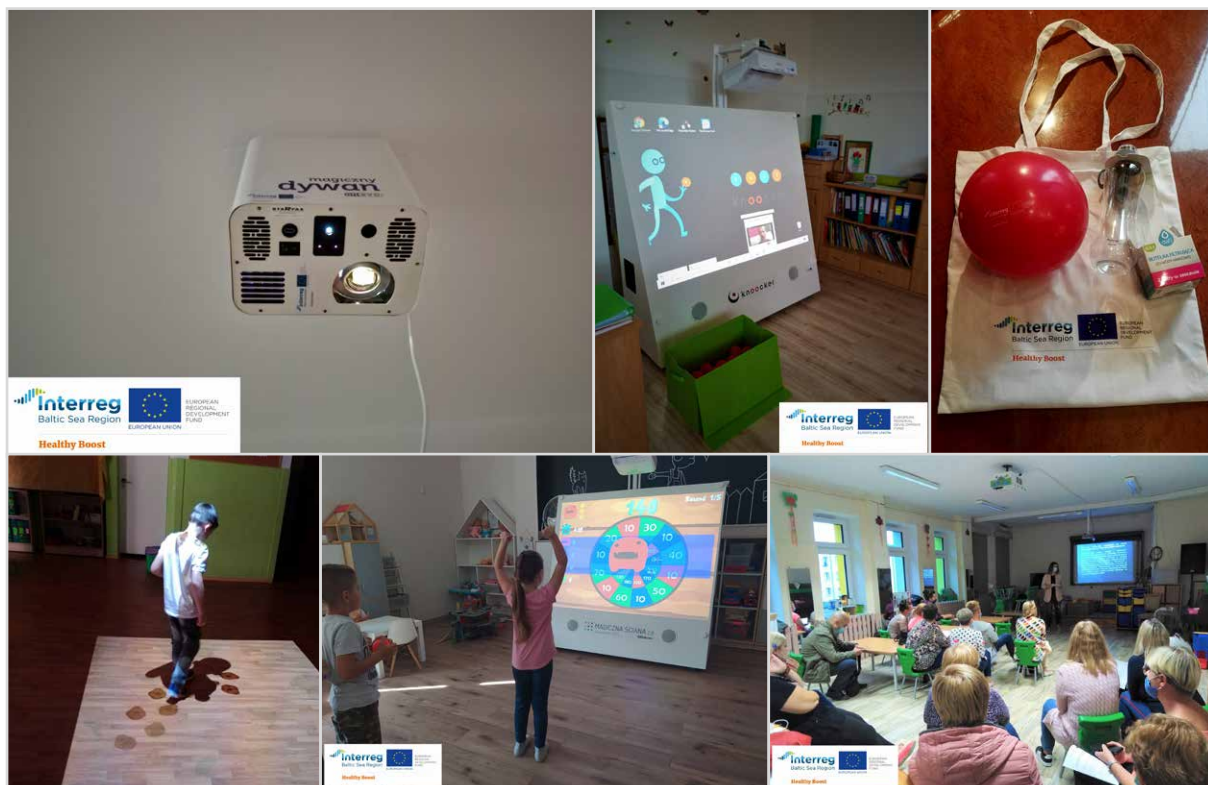
Pirmā darba grupas sanāksme notika 2019. gada 23. augustā Suvalku rātsnamā. Šis tikšanās laikā, ko vadīja projekta eksperts, notika prezentācija, kas ietvēra projekta Healthy Boost galvenos mērķus, īstenošanas grafiku un projekta budžetu, kā arī skaidrojumu jautājumiem par daudznozaru sadarbības modeli, mācību/darbsemināru priekšlikumiem veselīga uztura un dzīvesveida jomā. Tikšanās laikā arī izskanēja bērnodārzu un pamatskolu direktoru priekšlikums iekļaut darbsemināros personas un iestādes, kas ir atbildīgas par ēdienreīžu plānošanu (ne tikai skolotājus, vecākus un bērnus). **Turklāt sākotnējās idejas par iespējamiem XR rīkiem apsprieda un ierosināja paši darba grupas locekļi. Darba grupai bija būtiska ietekme uz pilotprojekta attīstību, kā arī konsultācijām VR jomā.**

Konsultācijas par XR/AR rīkiem ar Tiina Vuorio (projekta vadītāja no Helsinki XR Center) tikšanās laikā Rīgā apliecināja, ka noteiktu priekšmetu (maģisko grīdu un interaktīvo sienu) iegāde atbilst projekta un pilotprojekta aktivitāšu mērķiem.

Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

Visu projektā ietverto aktivitāšu īstenošana, nepārsniedzot projekta budžetu. Koronavīrusa ierobežojumi palika spēkā un tika ievēroti visa projekta darbības laikā.

Skatiet fotoattēlus.



Veicinošie faktori un šķēršļi

- +** labi pārdomāts un vienkāršs;
saprotama struktūra;
plānošana – panākumu atslēga. Jebkurš rīks, kas var palīdzēt laba rīcības plāna izveidē, ir noderīgs un nepieciešams.
- Mēs nesaskatījām neko, kas būtu jāmaina šajā modelī. Nav iespējams izņemt arī daļu no šī modeļa, vienlaikus nezaudējot kontekstu.
Tomēr neliela pamācība iesācējiem varētu būt noderīga, jo tādā veidā tiks popularizēts šis modelis, mudinot cilvēkus to iepazīt.

Projekta laikā bija izaicinājumi, kas saistīti ar koronavīrusu (t.i., ierobežojumi izglītības iestādēs), taču projekta darbinieki veiksmīgi pārvarēja šīs problēmas. Minētās grūtības tika pārvarētas, veicot izmaiņas projekta budžetā, pagarinot pilotprojekta īstenošanas grafiku un mainot rīcības plānu (otrā XR rīku iegāde).

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

Ieguvumi no pilsētas iedzīvotāju un MVU iesaistīšanas

Pilotprojekta rezultātā uzlabojās bērnu prasmes un paradumi sporta un atpūtas jomās, kā arī palielinājās interese par sportu un tika veicināti veselīga uztura paradumi.

Izglītības iestādēm tika iegādāti 12 XR rīki.

Atsauksmes no pilsētas iedzīvotājiem un MVU

Interesanti XR rīki, kas iegādāti projekta ietvaros. Pilotprojekta un darbsemināru aktivitātes bija labi organizētas un noderīgas pirmsskolas vecuma bērniem.

Atsauksmes no pilsētas administrācijas

Šādi pasākumi ir jāturpina arī pēc HB projekta.

Starpsektoru sadarbības modeļa izmantošana

Modeļa "saistošā" versija tika prezentēta 2019. gada novembrī Kauņā, t.i., gandrīz gads no projekta ilguma tika veltīts tieši šim notikumam. Tāpēc šobrīd mums ir aktīvi jārikojas, gatavojoties pilotprojektiem un darbsemināriem.

Tomēr iepriekšējās modeļa versijas tika izmantotas pilotprojekta sagatavošanas posmos (pilotprojekta jomas plānošana, galveno labuma guvēju noteikšana, iespējamās grūtības utt.), jo īpaši projekta komandas darbā.

Modelis tika prezentēts un kopīgots darba grupas locekļiem, kā arī darbsemināru un pilotprojekta pasākumu laikā (projekta koordinators sagatavoja nepieciešamo informāciju pasākumu dalībniekiem).

Nākotnes plāni

Joprojām ir nepieciešamas papildu aktivitātes bērniem (mēs turpinām līdzīgus pasākumus, kas veltīti bērniem nākamajā ES projektā "Esi aktīvs, esi vesels II" (Be active, be healthy II) INTERREG V-A Lietuvas un Polijas programmā); XR rīki ir noderīgi izglītības iestāžu ikdienas darbā.

Vairāk informācijas:

Emil Sieńko
Healthy Boost projekta koordinators Suvalkos

✉ esienko@um.suwalki.pl

☎ (+48) 87 562 81 30

🌐 <https://um.suwalki.pl/mieszkaniec/projekty-unijne-lata-2014-2020,3556/projekt-healthy-boost-interreg-region-morza-baltyckiego-2014-2020,2581252>

Fotogrāfijas: Emil Sieńko / Suwałki

Kopā pret COVID-19 pandēmiju

Poznaņa Polija



Fotografis: Stock photo

Poznaņa ir viena no lielākajām Polijas pilsētām, kurā dzīvo vairāk nekā 500 000 iedzīvotāju. Tā atrodas starp divām galvaspilsētām – Varšavu un Berlīni – un apvieno rietumu stilu ar austrumu enerģiju.

Gleznainā Velkopolskas provinces galvaspilsēta mūsdienās ir nozīmīgs ekonomikas, tirdzniecības, zinātnes, kultūras un tūrisma centrs Polijas rietumos; tajā atrodas nozīmīgs valsts izstāžu komplekss un, iespējams, visiespaidīgākais rātsnam.

Izaicinājumi un darbības, kas veiktas piloprojektā, lai tos novērstu

- Infrastruktūras un aizsardzības līdzekļu trūkums slimnīcās COVID-19 pandēmijas sākumā;
- Ļoti mazs koordinatoru skaits, kas organizētu aprīkojuma un citu preču nodrošinājumu slimnīcām;
- Daudz augšupēju iniciatīvu – cilvēki vēlējās palīdzēt slimnīcām, taču nezināja, kā to izdarīt, vai arī darīja to paši, kas bija problemātiski loģistikas un drošības apsvērumu dēļ.

Galveno aktivitāšu īss apraksts

- Situācijas novērtējums slimnīcās un konsekventas, skaidras un viegli atpazīstamas ārējās komunikācijas veidošana, lai informētu iedzīvotājus par pašreizējām vajadzībām;
- Koordinēta preču un aprīkojuma nodrošināšana slimnīcām un citām iestādēm ar NVO palīdzību (uzglabāšanas telpas, loģistika un izplatīšana);
- Sistēmas izveide saziņai ar iedzīvotājiem, slimnīcām utt., izmantojot Poznaņas Ekonomikas un biznesa universitātes brīvprātīgo palīdzību.

Veiksmīgie piemēri, kas sasniegti piloprojektā, un kā tie tiek novērtēti

- Tika apturēts haoss un nekoordinētās darbības;
- Vairāk nekā 3000 iedzīvotāju un uzņēmumu, kas iesaistīti palīdzības sniegšanā slimnīcām u.c., ziedoja preces un naudu;
- Slimnīcām tika sniegta palīdzība visgrūtākajā laikā, un medicīnas personāls saņēma pārtiku un nepieciešamo palīdzību, neuztraucoties par loģistiku;
- Starpnozaru sadarbība un kopīgie centieni nodrošināja ievērojamus panākumus un palīdzēja mums darboties.



Fotogrāfs: Paulina Dawid



Centrum Kultury Zamek

Enablers and barriers in pilot

+ Spēcīga iedzīvotāju un uzņēmumu motivācija atbalstīt slimnīcas – mums nebija problēmu atrast palīdzību, tā bija tikai jākoordinē;
Partneri, kas uzņēmās atbildību un nodrošināja risinājumus, atvieglojot mūsu darbu;
Partneru savstarpēja uzticība.

– Neskatoties uz to, ka informācija tika publicēta oficiālajās vietnēs un FB lapās, tā nerasināja tik daudz cilvēku, cik varēja būt iespējams;
Motivācija samazinājās, un pandēmijas otrā viļņa laikā atbalsta aktivitāte bija zemāka;
Bija grūti pārliecināt pretēji domājošos, tāpēc daži lēmumi aizkavējās.

Ieguvumi no iedzīvotāju, mazo uzņēmumu un pašvaldības administrācijas iesaistes

Ieguvumi no pilsētas iedzīvotāju un MVU iesaistīšanas

- Slimnīcas un citas iestādes varēja turpināt darbu, galvenokārt pateicoties MVU un iedzīvotājiem.
- Veselības aprūpes darbinieki bija drošībā un saņēma lielu atbalstu (gan materiālo, gan morālo). Sadarbība ar NVO un universitātēm nodrošināja nepieciešamos resursus.

Atsauksmes no pilsētas iedzīvotājiem un MVU

- Vislielākais ieguvums no šāda atbalsta iedzīvotājiem un MVU bija gandarījuma sajūta. Iespēja palīdzēt citiem pandēmijas laikā ļāva saprast, ka labiem darbiem ir nozīme.

Atsauksmes no pilsētas administrācijas

- Pilsētas administrācija saprata, ka starpnozaru sadarbībai ir milzīgs potenciāls un ir daudz cilvēku, kuri vēlas palīdzēt krīzes laikā, neko negaidot pretī. Pandēmijas laikā izveidotais sadarbības tīkls pastāvēs arī turpmāk, kā arī sniegs ieguldījumu nākamajos projektos.



Fotogrāfs: Zuzanna Kwiatkowska

Starpsektoru sadarbības Modeļa izmantošana

- +** Motivācija – mēs atcerējāmies, cik svarīgi ir saglabāt partneru motivāciju.
Mēs sapratām, ka ir svarīgi pārbaudīt plānu praksē.
Mēs plānojām gan ārējo, gan iekšējo komunikāciju, kā arī pārbaudījām visus pieejamos rīkus. Tas bija noderīgi, jo ieviešanas posmā mums nebija jāuztraucas par komunikāciju.
- Stadijas un domēni ir atbilstoši, taču trūka praktisku risinājumu.
Dažreiz modelī uzdotie jautājumi radīja papildus jautājumus.

Mēs izmantojām modeli, kad koronavīrusa pandēmijas dēļ bijām spiesti mainīt pilotprojekta plānu. Modelis tika izmantots darbību plānošanai un nepieciešamo partneru atrašanai. Mēs to izmantojām komunikācijas plānošanai, kā arī nepārtraukti to pārbaudījām, lai saglabātu projekta komandas motivāciju.



Fotogrāfs: Zuzanna Kwiatkowska

Nākotnes plāni

- Mēs plānojam izveidot stratēģiju, kas veicinās gan iekšējo, gan ārējo komunikāciju pilsētas administrācijā.
- Mēs plānojam turpināt strādāt ar partneriem dažādos projektos un dalīties ar zināšanām, pieredzi un resursiem, lai tos vairotu.
- Mēs vēlamies, lai būtu vairāk individuālu tikšanos ar citām NVO, tādā veidā izveidojot labāku saikni un uzticību. Personiskas attiecības spēj veicināt sadarbību.
- Mēs plānojam veicināšanu starpnozaru sadarbību, kā arī veidot tīklošanās pasākumus, piemēram, izmantojot "ātrās iepazīšanās" elementus.



Fotogrāfs: Stock photo

Vairāk informācijas:

✉ zuzanna_kwiatkowska@um.poznan.pl

🌐 www.poznan.pl/mim/ngo/dzialania-w-ramach-projektu,p,16057,35145,49233.html

🌐 www.facebook.com/Pozarzadowy.Poznan



Healthy Boost

