



Veselības ministrija

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



**EIROPAS SAVIENĪBA**  
Eiropas Sociālais  
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

# Veselības ministrijas izstrādātās vadlīnijas un rekomendācijas ņirgāšanās izplatības mazināšanai

**MADARA SAKA**

VESELĪBAS VEICINĀŠANAS UN ATKARĪBU PROFILAKSES NODAĻAS  
VECĀKĀ EKSPERTE

RĪGA, 17.06.2024.

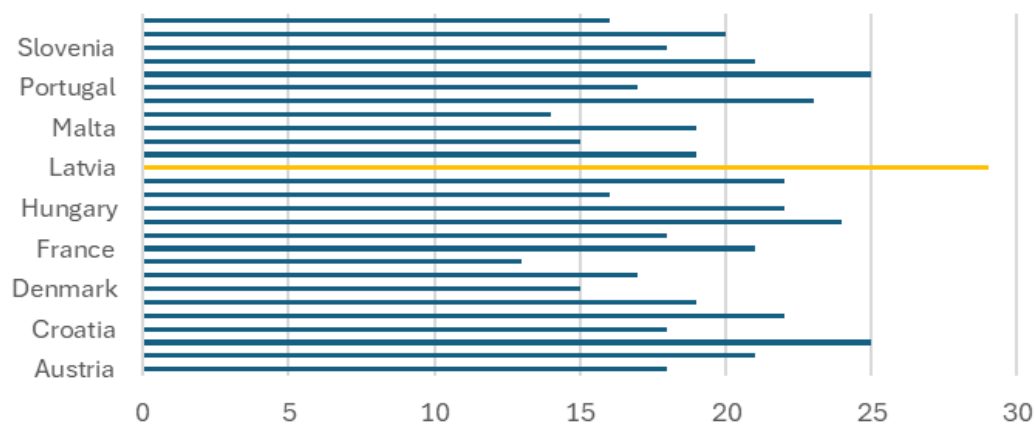
# Ņirgāšanās izplatība Latvijā skolās



Veselības ministrija

ŅIRGĀŠANĀS – VARDARBĪBAS VEIDS IZGLĪTĪBAS VIDĒ, KAS IETVER VIENA VAI VAIRĀKU VIENAUDŽU AGRESĪVU UZVEDĪBU **AR TĪŠU**, NAIDĪGU NOLŪKU RADĪT EMOCIONĀLAS CIEŠANAS. ŠĀDA UZVEDĪBA TIEK ĪSTENOTA, IZMANTOJOT **SPĒKU SAMĒRA ATŠKIRĪBU** STARP PĀRIDARĪTĀJU, KURŠ IR ŅIRGĀŠANĀS INICIATORS, UN UPURI, KURŠ IR ŅIRGĀŠANĀS MĒRĶIS, KĀ ARĪ TIEK **VAIRĀKKĀRT ATKĀRTOTA ILGĀKĀ LAIKA PERIODĀ**, RADOT IZTEIKTI NEGATĪVU IETEKMI UZ VISĀM IESAISTĪTAJĀM PERSONĀM.

Ņirgāšanās rādītāji dažas reizes mēnesī vai biežāk (%)



Jaunākajā Starptautiskās skolēnu novērtēšanas programmas "PISA" pētījumā Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas (OECD) valstīs Latvija ir pirmajā vietā starp OECD valstīm skolēnu savstarpējās Ņirgāšanās jomā un vardarbības izplatības skolu vidē ziņā. Pētījums atklāj – Latvijā 29% aptaujāto skolēnu atzinuši, ka izjutuši vienaudžu Ņirgāšanos dažas reizes mēnesī vai biežāk.

## Ņirgāšanās veidi

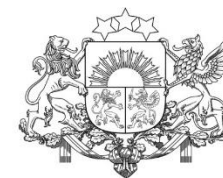


Veselības ministrija

- **FIZISKA**: SIŠANA, SPERŠANA, GRŪŠANA.
- **VERBĀLA**: APSAUKĀŠANĀS, APVAINOŠANA.
- **SOCIĀLA**: BAUMU IZPLATĪŠANA, REPUTĀCIJAS BOJĀŠANA, IZSLĒGŠANA NO GRUPAS.
- **KIBERNĪRGĀŠANĀS**: ŅIRGĀŠANĀS, KAS NOTIEK AR DIGITĀLO VIEDIERĪČU STARPNIĒCĪBU.

ŅIRGĀŠANĀS NAV KONFLIKTS, NEVAINĪGA ĶIRCINĀŠANA VAI PĀREJOŠA ATTĪSTĪBAS POSMA SASTĀVDAĻA, BET GAN **VARDARBĪBAS VEIDS** AR NOPIETNĀM SEKĀM.

# Ņirgāšanās sekas un ietekme uz veselību



Veselības ministrija

## ŅIRGĀŠANĀS SEKAS IETEKMĒ GAN UPURI UN VĒROTĀJUS, GAN PĀRIDARĪTĀJU.

PĒTĪJUMOS IR KONSTATĒTS, KA BĒRNI, KURI IR CIETUŠI NO ŅIRGĀŠANĀS, DAUDZ BIEŽĀK DZĪVES LAIKĀ PIEDZĪVO DAŽĀDUS **PSIHISKĀS VESELĪBAS TRAUCĒJUMUS**, PIEMĒRAM, DEPRESIJU, TRAUKSMI, BEZMIEGU, ZEMU PAŠVĒRTĒJUMU VAI ĒŠANAS TRAUCĒJUMUS. ŅIRGĀŠANĀS VAR IZRAISĪT **BIEŽĀKU SLIMOŠANU** VAI IZVAIRĪŠANOS NO SASKARSMES AR VIENAUDŽIEM, **PAZEMINA MĀCĪŠANĀS REZULTĀTUS, VEICINA PRIEKŠLAICĪGU MĀCĪBU PAMEŠANAS RISKU** UN LIELĀKU PĀRMĒRĪGAS VIEDIERĪČU LIETOŠANAS RISKU, KĀ ARĪ ATKARĪBU IZRAISOŠO VIELU LIETOŠANAS UZSĀKŠANAS VAI AGRESĪVAS UZVEDĪBAS RISKU VĒLĀKĀ VECUMĀ

# VADLĪNIJAS ŅIRGĀŠANĀS IZPLATĪBAS MAZINĀŠANAI



Veselības ministrija

Izstrādātas vadlīnijas ņirgāšanās prevencijai

diviem vecumposmiem:

- **pirmsskolas un sākumskolas** izglītības iestādēm\*;
- **pamatskolas un vidusskolas** izglītības iestādēm, t.sk. **profesionālās izglītības iestādēm\*\***

Izstrādātās vadlīnijas ir pielāgotas Latvijas izglītības videi, kā arī izglītības iestādēm, kurās apgūst speciālās izglītības programmu.

\*[HTTPS://WWW.ESPARVESELIBU.LV/SITES/DEFAULT/FILES/2023-04/PII-SSK%20MAKETS.PDF](https://www.esparveselibu.lv/sites/default/files/2023-04/PII-SSK%20MAKETS.PDF)

\*\*[HTTPS://WWW.ESPARVESELIBU.LV/SITES/DEFAULT/FILES/2023-04/PSK-VSK%20MAKETS.PDF](https://www.esparveselibu.lv/sites/default/files/2023-04/PSK-VSK%20MAKETS.PDF)

## Vadlīnijas ņirgāšanās mazināšanai

pamatskolas un vidusskolas  
izglītības iestādēs

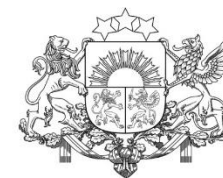


## Vadlīnijas ņirgāšanās mazināšanai

pirmsskolas un sākumskolas  
izglītības iestādēs



# Ņirgāšanās mazināšanas vadlīniju saturs



Veselības ministrija

1. **Teorētiskā daļa** – esošā situācija, normatīvais regulējums, ņirgāšanās iemesli, izpausmes, sekas
2. **Praktiskā daļa**
  1. Ņirgāšanās prevencijas komandas izveide
  2. Esošās situācijas novērtēšana (monitorings)
  3. Atbilstošāko risinājumu plānošana, attīstīšana
  4. Prevencijas pasākumu īstenošana 3 līmeņos:
    - ✓ Primārais
    - ✓ Sekundārais
    - ✓ Terciārais
  5. Ieviesto risinājumu efektivitātes novērtēšana
3. **Pieejamie rīki un metodes**

# Prevencijas komandas izveide (PRAKTISKĀ DAĻA)



Veselības ministrija

MĒRĶIS: STRĀDĀT PIE TĀ, LAI ŅIRGĀŠANĀS PREVENCIJA KĻŪTU PAR IKDIENĀ PRAKTIZĒTU DARBĪBU, KAS ĻAUTU VEIDOT IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒ REĀLU, NE TIKAI FORMĀLU PRAKSI, KURĀ NETIEK PIEĻAUTA JEBKĀDA VEIDA VARDARBĪBA, TAI SKAITĀ - **ŅIRGĀŠANĀS**.

## 1. ŅIRGĀŠANĀS PREVENCIJAS KOMANDAS PĀRSTĀVJI:

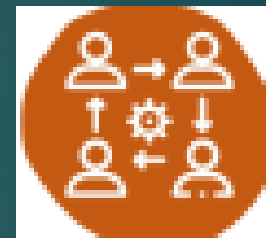
✓ izglītības iestādes administrācija

✓ pedagogi

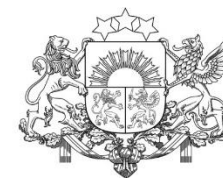
✓ tehniskais personāls

✓ izglītības iestādes atbalsta personāls (izglītības iestādes psihologs, sociālais pedagogs, logopēds, speciālais pedagogs, pedagoga palīgs, izglītības iestādes medmāsa, karjeras konsultants u.c.)

✓ leteicami arī izglītojamo viedokļu līderi (vecāko klašu izglītojamie)



# Monitoringa sistēma (PRAKTISKĀ DAĻA)



Veselības ministrija

## ESOŠĀS SITUĀCIJAS NOVĒRTĒŠANA

1. APTAUJA IZGLĪTOJAMAJIEM, PEDAGOGIEM UN VECĀKIEM PAR ESOŠO SITUĀCIJU, ZINĀŠANĀM
2. VIENA APTAUJA IZGLĪTĪBAS IESTĀDES IETVAROS

Pielikums Nr. 4

**Pedagogu aptauja par pīrgāšanas izglītības iestādēs (paraugs)<sup>3</sup>**

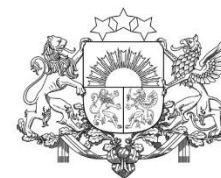
Nīrgāšanās ir vardarbības veids izglītības vidē, kas ietver negatīvu vārdisku, sociālu un fizisku rīcību. Nīrgāšanas no citiem vardarbības veidiem var atšķirt pēc trīs kritērijiem: ir **netaisnīga** (viens puse vienmēr būs pārkāka par otru, un nīrgāšies par to, kurš nespēj sevi aizstāvē), tā ir **ilgstoša un periodiski atkārtojas** (nīrgāšanās par vienu un to pašu personu notiek katru reizi vai tad, kad rodas iespēja) un tā ir **tiša** (nīrgāšanās ir apzināta rīcība, ar naidīgu nolūku radīt otram sāpes vai emocionālas ciešanas).

*Aicinām Jūs atbildēt uz dažiem jautājumiem saistībā ar nīrgāšanas izglītības iestādē. Jūsu sniegtā informācija ir svarīga, lai visaptveroši izvērtētu esošo situāciju un efektīvāk plānotu un īstenotu nīrgāšanās profilakses pasākumus izglītības iestādē. Aptaujās iegūtā informācija tiks izmantota tikai apkopotu datu veidā!*

1. Vai zināt, kas ir nīrgāšanās?
  - a. Jā
  - b. Nē
2. Vai pēdējo 12 mēnešu laikā izglītības iestādē Jums ir bijusi apmācība par nīrgāšanas?
  - a. Jā
  - b. Nē
3. Kā Jūsu izglītības iestādē risina nīrgāšanas?
  - a. Izglītības iestādē ir psihologs/sociālais pedagogs
  - b. Pedagoģs zina, kā rīkoties
  - c. Tiek organizētas aptaujas
  - d. Norisinās apmācības izglītojamajiem
  - e. Norisinās apmācības pedagogiem
  - f. Izglītības iestādei ir plāns, kā strādāt ar akūtajiem gadījumiem
  - g. Nekas netiek darīts
  - h. Nezīnu
  - i. Cits variants: \_\_\_\_\_
  - j. Citā veidā: \_\_\_\_\_
4. Vai zināt, kā atpazīt nīrgāšanas?
  - a. Jā
  - b. Drīzāk jā
  - c. Drīzāk nē
  - d. Nē



# Prevencijas plāna izveide (PRAKTISKĀ DAĻA)



Veselības ministrija



1. IETEIKUMI IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒM, KĀDAS AKTĪVĪTĀTES PLĀNOT UN IEKĻAUT IZGLĪTĪBAS PROCESĀ – PREVENCIJAS PLĀNA IZVEIDE
2. IETEIKUMI KĀDUS JAUTĀJUMUS PĀRRUNĀT, PAR KO VIENOTIES AR PEDAGOGIEM U.C. DARBINIEKIEM PIRMS PREVENCIJAS PLĀNA IZVEIDES
3. IZSKAIDROTA TRĪS LĪMEŅU ŅIRGĀŠANĀS PREVENCIJA UN KO TĀ IEKĻAU

# Primārais prevencijas līmenis



Veselības ministrija

1. IZPRATNES VEICINĀŠANA
2. DROŠAS IZGLĪTĪBAS VIDES VEIDOŠANA UN IETEIKUMI TĀS PILNVEIDOŠANAI
3. FIZISKĀS UN EMOCIONĀLĀS DROŠĪBAS VĒRTĪBU VEIDOŠANA IZGLĪTĪBAS IESTĀDES KOLEKTĪVĀ
4. PRINCIPI, KĀ IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒ PRAKTIZĒT DROŠAS UN CIEŅPILNAS ATTIECĪBAS
5. ZINĀŠANU UN PRASMJU STIPRINĀŠANAS PASĀKUMI PERSONĀLAM, IZGLĪTOJAMAJIEM, VECĀKIEM



# Sekundārais prevencijas līmenis



Veselības ministrija

1. DAŽĀDĪBAS PIENĒMŠANA
2. BĒRNU AR SPECIĀLĀM VAJADZĪBĀM IEKĻAUŠANA
3. KOLEKTĪVA SALIEDĒŠANA
4. JAUNU IZGLĪTOJAMO IEJUŠANĀS VEICINĀŠANA
5. IETEIKUMI STARPINSTITUCIONĀLAI SADARBĪBAI

## ŅIRGĀŠANĀS ŠEKAS

**Pleaug stress, traucēšana, depresijas risks**  
**Rodas miega traucējumi**  
**Pasliktinās sekmes un sasniegumi**  
**Rodas grūtības uzticēties apkārtējiem, veidot attiecības**  
**Augstāks alkohola izraisīto vielu un procesu atkarību risks**  
**Parādās pašnāvnieciskas domas**  
**Var pasliktināties imunitāte**  
**Sārmazinās pašvērtējums**  
**Parādās nebums pret skolu**  
**Bez medicīniska iemesla pasliktinās fiziskā veselība, piemēram, parādās dažāda veida sāpes**  
**Socializēšanās trūkums**

Vairāk meklē - [ieskatiesacis.lv](https://ieskatiesacis.lv)

REGULĪJUMS TĀVĀ NĀKOTNĒ

## IESAISTĪTĀS LOMAS

**UPURIS** tas, par kuru ņirgājas  
**PĀRIDARĪTĀJS un ATBALSTĪTĀJI** tie, kuri ņirgājas  
**VĒROTĀJS** tas, kurš redz ņirgāšanos, bet neiesaistās

**NO ŅIRGĀŠANĀS CIEŠ VISI!**

Iesaistīto lomas nav stingri noteiktas un jebkura brīdī var mainīties

Vairāk meklē - [ieskatiesacis.lv](https://ieskatiesacis.lv)

REGULĪJUMS TĀVĀ NĀKOTNĒ

## ATPAZĪSTI ŅIRGĀŠANOS!

**ŅIRGĀŠANĀS VAR BŪT:**

- Fiziska** sitšana, grūstīšana, cita mantu bojāšana
- Vārdiska** apzūkšana, iebiedēšana, aizvainošana, pazemošana
- Sociāla** apzūkšana, baumošana, apzināta ignorēšana, cita reputācijas bojāšana
- Virtuāla** nomelnošana sociālajos tīklos, aizskaršu ziņu un ziņu publicēšana

**ŅIRGĀŠANĀS PAZĪMES:**

- Netalainīga** novienādo spēku samērt, nīgļiem par to, kuri nespēj sevi aizstāvēt
- Ilgstoša un atkārtota** varbūt ar nosaukumu
- Tīša** ņirgāšanās tiek lēnā ar nodomu pazemot vai likt citam justies sīkti

Vairāk meklē - [ieskatiesacis.lv](https://ieskatiesacis.lv)

REGULĪJUMS TĀVĀ NĀKOTNĒ

## KĀ ŅIRGĀŠANĀS ATŠĶIRAS NO KONFLIKTA?

**KONFLIKTS**  
 Abām pusēm vienāds vai līdzīgs spēku sadalījums  
 Vienreizējs starpgadījums vai reta parādība  
 Parasti nejausa rakstura, nav apzināts  
 Iesaistītās puses netiecas pēc uzmanības vai varas

**ŅIRGĀŠANĀS**  
 Nevienāds spēku sadalījums, viena puse izteikti vājāka  
 Ir ilgstoša un atkārtota  
 Apzināta rīcība ar mērķi nodarīt citam pāri  
 Pārdarītājs tiecas pēc uzmanības un pārkāpuma izrādīšanas

Vairāk meklē - [ieskatiesacis.lv](https://ieskatiesacis.lv)

REGULĪJUMS TĀVĀ NĀKOTNĒ

## APTURI ŅIRGĀŠANOS!

**APĢŪSTI ATĀ PRINCIPUS:**

**ATTIECĪBAS** – uzturi labas attiecības klasē un skolā!

**TEHNIKAS** – apģūsti pirmo psiholoģisko palīdzību, vairāk meklē <https://ej.uz/pirmapsihologiskapalidzibu> un [ieskatiesacis.lv](https://ieskatiesacis.lv)!

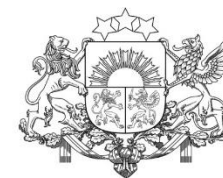
**ĀTRI RĪKOJIES** – atrodi pieaugušo, kam uzticies un pastāsti par ņirgāšanās situāciju vai nosūti ziņu telefona.

Nesamieriniies, nepaliec malā un palidzi novērst ņirgāšanos!

Vairāk meklē - [ieskatiesacis.lv](https://ieskatiesacis.lv)

REGULĪJUMS TĀVĀ NĀKOTNĒ

# Terciālais prevencijas līmenis

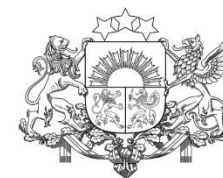


Veselības ministrija

1. ĀTRA RĪCĪBA, JA NOTIKUSI ŅIRGĀŠANĀS
2. IETEIKUMI PEDAGOGIEM ATBALSTAM UN SARUNAI AR UPURI
3. IETEIKUMI PEDAGOGIEM SARUNAI AR PĀRIDARĪTĀJU
4. IETEIKUMI DARBAM AR VĒROTĀJIEM
5. RĪCĪBAS SHĒMA (ALGORITMS), JA IR NOTIKUSI ŅIRGĀŠANĀS
6. PEDAGOGU UN ATBALSTA PERSONĀLA SADARBĪBAS ALGORITMI UN RĪCĪBAS VARIANTI, SASKAROTIES AR ŅIRGĀŠANOS IZGLĪTĪBAS VIDĒ
7. STARPINSTITUCIONĀLĀ SADARBĪBA

**VADLĪNIJĀS TIEK UZSVĒRTS, KA UZSVARS VĒRSTS UZ KOPĪGU RISINĀJUMU MEKLĒŠANU, NEVIS VAINĪGĀ SODĪŠANU!**

# Rīcības algoritms



Veselības ministrija

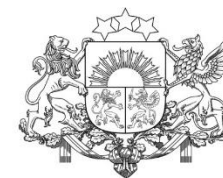
## Rīcības soļi nīrgāšanās gadījumā (algoritms)



### Jāpiesaista policija gadījumos, ja:

- ir izdarīti nopietni fiziski miesas bojājumi;
- pastāv nopietni vardarbības draudi;
- ir notikusi seksuāla rakstura vardarbība;
- ir notikusi zagšana, naudas izspiešana.

# Monitoringa sistēma II (PRAKTISKĀ DAĻA)



Veselības ministrija

ESOŠĀS SITUĀCIJAS NOVĒRTĒŠANA PĒC AKTIVITĀŠU ĪSTENOŠANAS,  
IEVIESTO RISINĀJUMU EFEKTIVITĀTES NOVĒRTĒŠANA

1. ATKĀRTOTA APTAUJA IZGLĪTOJAMAJIEM, PEDAGOGIEM UN VECĀKIEM PAR ESOŠO SITUĀCIJU, ZINĀŠANĀM
2. ATKĀRTOTA APTAUJA 2-3 REIZES MĀCĪBU GADĀ
3. IEGŪTIE DATU SALĪDZINĀŠANA AR PIRMO (VEIKTO APTAUJU – SITUĀCIJAS NOVĒRTĒJUMS)

**PREVENCIJAS PLĀNA PILNVEIDE VAI AKTUALIZĒŠANA!**

(VADLĪNIJĀS PIEEJAMAS AKTĪVĀS SAITES UZ LATVIJĀ PIEEJAMAJIEM RĪKIEM, INSTRUMENTIEM, SPĒLĒM UN PROGRAMMĀM)

Pielikums Nr. 4

**Pedagogu aptauja par nīrgāšanas izglītības iestādēs (paraugs)<sup>3</sup>**

Nīrgāšanās ir vardarbības veids izglītības vidē, kas ietver negatīvu vārdisku, sociālu un fizisku rīcību. Nīrgāšanas no citiem vardarbības veidkiem var atšķirt pēc trīs kritērijiem: ir **netaisnīga** (viens puse vienmēr būs pārāka par otru, un nīrgāšies par to, kurš nespēj sevi aizstāvēt), tā ir **ligstoša un periodiski atkarīga** (nīrgāšanās par vienu un to pašu personu notiek katru reizi vai tad, kad rodas iespēja) un tā ir **tiša** (nīrgāšanās ir apzināta rīcība, ar naidīgu nolūku radīt otram sāpes vai emocionālas ciešanas).

Aicinām Jūs atbildēt uz dažiem jautājumiem saistībā ar nīrgāšanas izglītības iestādē. Jūsu sniegtā informācija ir svarīga, lai visaptveroši izvērtētu esošo situāciju un efektīvāk plānotu un īstenotu nīrgāšanās profilakses pasākumus izglītības iestādē. Aptaujās iegūtā informācija tiks izmantota tikai apkopotu datu veidā!

1. Vai zināt, kas ir nīrgāšanās?
  - a. Jā
  - b. Nē
2. Vai pēdējo 12 mēnešu laikā izglītības iestādē Jums ir bijusi apmācība par nīrgāšanas?
  - a. Jā
  - b. Nē
3. Kā Jūsu izglītības iestādē risina nīrgāšanas?
  - a. Izglītības iestādē ir psihologs/sociālais pedagogs
  - b. Pedagoģs zina, kā rīkoties
  - c. Tiek organizētas aptaujas
  - d. Norisinās apmācības izglītojamiem
  - e. Norisinās apmācības pedagogiem
  - f. Norisinās apmācības vecākiem
  - g. Izglītības iestādei ir plāns, kā strādāt ar akūtajiem gadījumiem
  - h. Nekas netiek darīts
  - i. Nezinu
  - j. Cits variants: \_\_\_\_\_
4. Vai zināt, kā atpazīt nīrgāšanas?
  - a. Jā
  - b. Drīzāk jā
  - c. Drīzāk nē
  - d. Nē

# VADLĪNIJU SATURS pielāgots diviem atšķirīgiem vecumposmiem

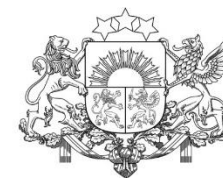


Veselības ministrija

- PRAKTISKIE IETEIKUMI
- IETEIKUMI KOMUNIKĀCIJAI, KĀ RUNĀT AR IZGLĪTOJAMAJIEM
- PIRMSSKOLAS UN SĀKUMSKOLAS VADLĪNIJĀS – UZSVARS UZ EMOCIONĀLO PRASMJU ATTĪSTĪŠANU, DROŠU UN CIENPILNU ATTIECĪBU VEIDOŠANU
- PAMATSKOLAS UN VIDUSSKOLAS VADLĪNIJĀS – EMOCIONĀLO PRASMJU UZLABOŠANA, ATTĪSTĪŠANA, FIZISKĀS UN EMOCIONĀLĀS DROŠĪBAS VĒRTĪBU IEDZĪVINĀŠANA
- PIEEJAMO RĪKU UN METOŽU PIEDĀVĀJUMS ATBILSTOŠI VECUMPOSMAM

VADLĪNIJAS IR APROBĒTAS (2022./2023.M.G. IETVAROS) UN **PIELĀGOTAS LATVIJAS IZGLĪTĪBAS VIDEI**, KĀ ARĪ **SASKAŅOTAS** AR IZGLĪTĪBAS UN ZINĀTNES MINISTRIJU, PSIHOLOGU SERTIFIKĀCIJAS PADOMI, ORGANIZĀCIJU «CENTRS MARTA», BIEDRĪBU «PALĒCIENS TEV».

# Rekomendācijas vecākiem



Veselības ministrija

LAI PILNVEIDOT VECĀKU, LIKUMISKO PĀRSTĀVJU, AUDŽUVECĀKU UN CITU AUDZINĀŠANĀ IESAISTĪTO PERSONU ZINĀŠANAS UN PRASMES PAR ŅIRGĀŠANOS IZGLĪTĪBAS VIDĒ, VIENLAIKUS IZSTRĀDĀTAS ARĪ REKOMENDĀCIJAS "**KĀ PASARGĀT BĒRNU NO ŅIRGĀŠANĀS**".

REKOMENDĀCIJAS PAREDZĒTAS VISIEM BĒRNA VECUMPOSMIEM UN IR VEIDOTAS SASKAŅĀ AR IZSTRĀDĀTAJĀM VADLĪNIJĀM.





# Pedagogu profesionālās pilnveides kursi



Veselības ministrija

LAI VEICINĀTU ŅIRGĀŠANĀS IZPLATĪBAS MAZINĀŠANAS VADLĪNIJU IEVIEŠANU ŠOBRĪD VESELĪBAS MINISTRIJA PEDAGOGIEM UN ATBALSTA PERSONĀLAM TURPINA ORGANIZĒT **DIVU DIENU BEZMAKSAS PROFESIONĀLĀS PILNVEIDES KURSUS** PAR ŅIRGĀŠANĀS MAZINĀŠANU IZGLĪTĪBAS VIDĒ.

ŠOBRĪD APMĀCĪTI VAIRĀK KĀ **1000** PEDAGOGU UN ATBALSTA PERSONĀLS.

VESELĪBAS MINISTRIJA SPECIĀLISTIEM, KURI PIEDALĪJUŠIES MĀCĪBĀS **LĪDZ 2025.GADA FEBRUĀRIM** SNIEDZ ATBALSTU UN NODROŠINA BEZMAKSAS KONSULTĀCIJAS.



VM "[YOUTUBE](#)" VIETNĒ:

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/PLAYLIST?LIST=PLGVHM3OKTAK2K21MEAHK38ZAKUZNQ4TLF](https://www.youtube.com/playlist?list=PLGVHM3OKTAK2K21MEAHK38ZAKUZNQ4TLF)



Veselības ministrija



**Nirgāšanās NAV smieklīgi!!!  
Kopā mēs to varam apturēt!**

**Paldies!**