



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA  
Eiropas Sociālais  
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

Eiropas Sociālā fonda projekta Nr.9.2.6.0/17/1/001 “Ārstniecības un ārstniecības atbalsta personāla kvalifikācijas uzlabošana”

|                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Profesionālās izglītības programmas veids                                     | <b>Neformālās izglītības programma</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Neformālās izglītības programmas nosaukums                                    | <b>“Fizisko aktivitāšu un veselīga uztura veicināšana sievietēm grūtniecības un pēcdzemdību periodā, tai skaitā zīdīšanas periodā.”</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Mērķauditorija                                                                | Ārsts, ārsta palīgs, māsa, vecmāte, funkcionālais speciālists                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Neformālās izglītības programmas īstenošanas ilgums                           | <b>8 akadēmiskās stundas (1 dienas)</b><br>- 5 akadēmiskās stundas teorētiskās nodarbības<br>- 3 akadēmiskās stundas praktiskās nodarbības                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Neformālās izglītības programmas mācību norises vieta un laiks                | 2023. gada 23.oktobrī plkst. 11:00-18:00; 2. un 14. novembrī 9:30-16:30<br>Attālināti, Zoom formātā.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Neformālās izglītības programmas mācību vadītājs/i                            | <b>Jelena Pavlova</b> , uztura speciāliste<br><b>Ilze Markova</b> , fizioterapeite                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Izglītības dokuments, kas apliecina neformālās izglītības programmas apgūšanu | <b>Apliecība</b> par neformālās izglītības programmas apguvi<br><b>Piešķirtais tālākizglītības punktu skaits 8 TIP</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Pieteikšanās kārtība un kontaktpersona/as                                     | <b>Pieteikties uz kursiem</b> , var <a href="#">šeit</a><br>Precizējoši jautājumi pa tālr. 29 276 990 Maija                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Neformālās izglītības programmas mērķis                                       | Sniegt ārstniecības personām nepieciešamās profesionālās zināšanas, kā arī izkopt prasmes, nodrošinot izglītošanu Eiropas Sociālā fonda darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” 9.2.6.specifiskā atbalsta mērķa “Uzlabot ārstniecības un ārstniecības atbalsta personāla kvalifikāciju” projekta Nr. 9.2.6.0/17/1/001 darbības “Ārstniecības un ārstniecības atbalsta personāla kvalifikācijas uzlabošana” ietvaros, par uzturu un fizisko aktivitāti grūtniecības laikā, pēcdzemdību un zīdīšanas periodā. |
| Mācību programmas tēmas                                                       | Kuņģa- zarnu trakta īpatnības grūtniecības periodā.<br>Veselīga uztura pamatprincipi; uztura bagātinātāji, vitamīni; pārtikas drošība, kaitīgie ieradumi grūtniecības laikā un pēcdzemdību periodā.<br>Muskuloskeletārās sistēmas izmaiņas grūtniecības laikā;<br>Fiziskā slodze un aktivitātes grūtniecības laikā un pēcdzemdību periodā.<br>Medicīniskās kontraindikācijas fiziskajām aktivitātēm.                                                                                                                |
| Neformālās izglītības programmas apguves kvalitātes novērtēšana               | Izglītojamie, kuri apguvuši ne mazāk kā 75% no izglītības programmas, saņem apliecību par neformālās izglītības programmas apguvi un TIP skaitu turpmākajai resertifikācijai.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |