



Cien. kolēģi!

Rīga, 20.02.2026.

**LATVIJAS ARODSLIMĪBU ĀRSTU BIEDRĪBA sadarbībā ar RSU Darba
drošības un vides veselības institūtu**

**ielūdz Jūs piedalīties biedrības konferencē 2026. gada 20. februārī (piektdienā)
plkst. 14.00. tikai KLĀTIENĒ**

TĒMA: “Mazkustīguma mazināšanas iespējas biroja darbiniekiem”

Norises vieta: Rīgas Stradiņa universitāte, Dzirciema iela 16, 1.auditorija

Pieteikšanās līdz 06.02.2026, aizpildot pieteikuma

anketu: <https://forms.gle/DkJg9A16cdd57Cp99>

Dienas kārtība

| Laiks | Tēma | Lektori |
|-------------|--|---|
| 13.00-14.00 | Reģistrācija, kafijas galds | |
| 14.00-14.05 | Konferences atklāšana | Ieva Kalve, Maija Eglīte RSU Aroda un vides medicīnas katedra |
| 14.05-14.15 | Ieskats pētījumā par mazkustīguma mazināšanu biroja darbiniekiem | asoc. prof. Jeļena Reste RSU Aroda un vides medicīnas katedra |
| 14.15-14.30 | Biroja darbinieku fizisko aktivitāšu objektīvais un subjektīvais profils | dr. Nadīna Rīmere RSU Aroda un vides medicīnas katedra |
| 14.30-15.00 | Ķermeņa apzinātības loma darbinieku labbūtības un fiziskās aktivitātes veicināšanā | Dr. psych. Kristīne Vende RSU Veselības psiholoģijas un pedagoģijas katedra |
| 15.00-15.30 | Mazkustīga darba veida darbinieku atziņas par fizisko aktivitāšu paradumu veicinošām intervencēm | Dr. psych. Vineta Silkāne Rīgas Stradiņa universitāte, Vidzemes Augstskola |
| 15.30-15.50 | Arodmedicīnas pieeja fizisko aktivitāšu veicināšanai darba vietā | dr. Marija Burčēna RSU Aroda un vides medicīnas katedra, VSIA P. Stradiņa KUS Aroda un radiācijas medicīnas centrs |
| 15.50-16.30 | Kustība labākai veselībai un veselīgai organizācijai: darbinieku fiziskās aktivitātes ieguvumi | prof. Andra Fernāte RSU Latvijas sporta pedagoģijas akadēmija |
| 16.30-16.40 | Dažādi jautājumi, diskusijas. | Konferences dalībnieki |

* Konference notiek Eiropas Darba drošības un veselības aizsardzības aģentūras kontaktpunkta Latvijā Informācijas padomes
apstiprinātā „Darba aizsardzības preventīvo pasākumu plāns 2026.gadam” ietvaros (līgums: LM 2017/24-1-04/22)

Par konferenci tiks piešķirti 5KP. Sertifikāti tiks izsniegti uz vietas konferences laikā.

LAĀB prezidente
Ieva Kalve

LAĀB viceprezidente
profesore Maija Eglīte