

SABIEDRĪBAS NOVECOŠANĀS UN SOCIĀLĀS TENDENCES

Asoc. Prof. Līga Rasnača

M.Soc.Sc., MSW Endija Rezgale – Straidoma;

Senioru diena Saeimā

Aktīva novecošanās: veselība, līdzdalība, iespējas,

5.06.2026.



LATVIJAS
UNIVERSITĀTE

Saturs

1. Par ko runājam? Kā?
2. Ieguvumi un problēmas.
3. Latvija uz citu valstu fona
4. Kā senioriem nezaudēt varu un vietu sabiedrībā?

1. Vecāka gadagājuma cilvēki (angļu/latviešu valodā)

- Plašāk lietotākie pensijas vecumu sasniegušo personu apzīmējumi angļu valodā ir: “vecs cilvēks” (*elder*);
- Daudzskaitlī “veci cilvēki” (*elderly people or elderly*);
- “Vecāki cilvēki” (*older people*);
- “Vecāks cilvēks” (*older person*) UNDESA, 2023);
- Zinātniskajās publikācijās seniorus sauc arī par “vecāko pieaugušo” (*older adult*);
- “Seniors”(*senior*), “seniors” plašāk tiek izmantots sociālās aprūpes pakalpojumu sniedzēju aprakstos par piedāvāto aprūpes pakalpojumu.

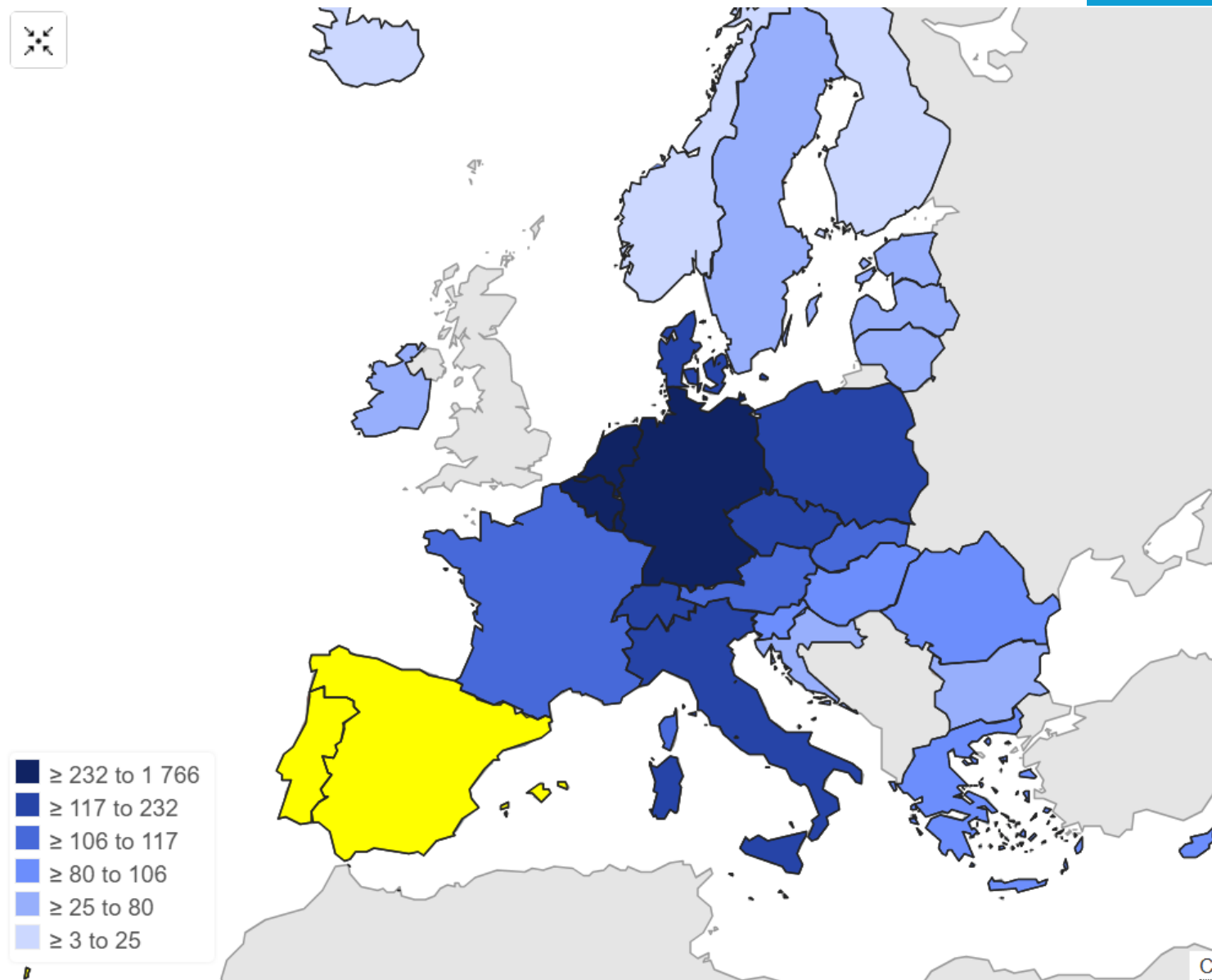
‘Nesauciet mūs par veciem cilvēkiem’

- Jaunzēlandes lektores un pētnieces Diānas Amundsenas (*Diana Amundsenas*) publikācijā “*Nesauciet mūs par veciem cilvēkiem!*” (*Don’t call us “elderly”!*) tiek uzsvērts tas, ka jēdziena “veci cilvēki” (*elderly*) lietojums būtu vispār jāizslēdz;
- Iesaka lietot nediskriminējošu, cieņpilnu valodu, lai veicinātu sabiedrības attieksmes maiņu pret senioriem un vecuma nevienlīdzības mazināšanu;
- Ar ar jēdzienu “vecs cilvēks” (*elderly*) saistītie stereotipi veicina stigmatizāciju un eidžismu attieksmē pret senioriem (Amundsen, 2022).

2. Novecošanas ieguvumi un problēmas

- Eiropas Parlaments, 2021. gada 7. jūlija rezolūcija
 - **Ilgmūžība** ir ievērojams **kopīgi panākts sasniegums**, kura pamatā ir nozīmīgi panākumi ekonomikas un sabiedrības attīstībā un veselības jomā, kuri ir ievērojami paaugstinājuši dzīves kvalitāti un veicinājuši gan vīriešu, gan sieviešu paredzamā mūža ilguma pieaugumu par 10 gadiem pēdējo 50 gadu laikā;
 - Paredzams, ka laikā no 2016. līdz 2070. gadam vīriešu paredzamais mūža ilgums pieaugs no 78,3 gadiem līdz 86,1 gadam un sieviešu — no 83,7 līdz 90,3 gadiem;
 - Jārisina dzimumu atšķirības, kas saglabājas.
-

3. Iedzīvotāju blīvums ES



Source: Eurostat - [access to dataset](#)

Demogrāfiskie faktori

- Kopš 2012. gada ES iedzīvotāju skaita dabīgais pieaugums ir negatīvs;
- 2019. gadā reģistrēto nāves gadījumu skaits (4,7 miljoni) pārsniedza dzimušo skaitu (4,2 miljoni);
- Dzimstības koeficients ES samazinās un 2018. gadā sasniedza vērtību 1,55;
- Tas ir saistīts ar dažādiem faktoriem, tostarp sabiedrības veselības uzlabošanos un izglītības līmeņa paaugstināšanos, kā arī vispārējo sociāli ekonomisko situāciju, tostarp nenoteiktību un ienākumu pazemināšanos, kas ietekmē visas iedzīvotāju grupas, tomēr galvenokārt jauniešus, jo īpaši viņu dzīves kvalitāti, darba un privātās dzīves līdzsvaru un dzīves plānošanu.

4. Sociālās aprūpes nepieciešamība

- 55–64 gadus vecu sieviešu nodarbinātības līmenis ir zemāks nekā tāda paša vecuma vīriešu nodarbinātības līmenis (52,4 % sievietēm, salīdzinot ar 65,4 % vīriešiem).
- Neformālo tuvinieku aprūpi biežāk veic sievietes;
- Vairāk nekā 50 % aprūpētāju, kas jaunāki par 65 gadiem, apvieno aprūpi ar algotu darbu;
- Aprūpes pienākumi ir viens no galvenajiem iemesliem zemākam sieviešu līdzdalības līmenim darba tirgū; (īsāks darbalaiks: vispār atstāj algotu darbu);
- ES tas katru gadu rada zaudējumus 370 miljardu EUR apmērā.

Dažādība senioru vecumā

- Senioru pieredzi nosaka nevis tikai viens viņu identitātes aspekts, bet gan dažādu faktoru kombinācija: dzimums, vecums, reliģija, invaliditāte, veselība, atrašanās vieta, seksuālā identitāte, migrācijas vēsture, sociāli ekonomiskais statuss un etniskā piederība.
- Ir svarīgi izcelt atšķirības starp gados vecākiem cilvēkiem, nevis uzskatīt tos kā vienu, vienotu grupu.
- Ir tendence stereotipizēt un apvienot visus “vecos” cilvēkus vienā lielā grupā (Macionis, & Plummer, 2008, pp. 412 – 413).

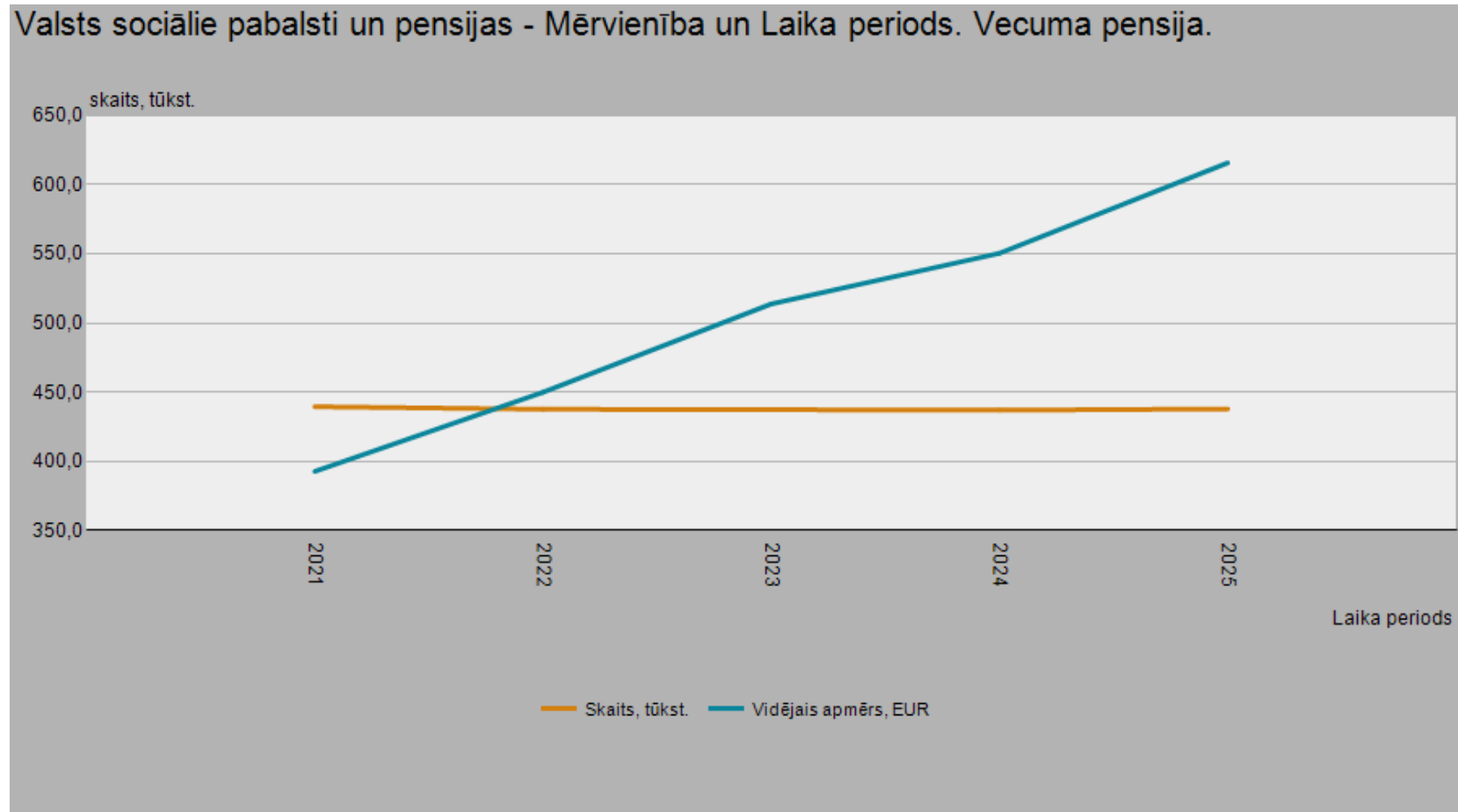
Cik senioru Latvijā?

- 2025. gada sākumā Latvijā dzīvoja 406 800 senioru 65+
- gandrīz katrs piektais jeb 21,9 % no visiem iedzīvotājiem.
- Tikai trešdaļa no senioriem 65+ ir vīrieši (34,3 %), bet divas trešdaļas ir sievietes (65,7 %) (Oficiālās statistikas portāls, 2025).

Kur dzīvo seniori?

	Pavisam	65–69 gadi	70–74 gadi	75–79 gadi	80–84 gadi	85 gadi un vairāk
S	2023	2023	2023	2023	2023	2023
LV Latvija	1 883 008	115 284	97 231	69 031	64 106	49 266
Rīgas statistiskais reģions	609 489	37 580	31 991	22 699	21 287	17 169
Pierīga	390 676	20 796	17 709	12 642	11 354	8 295
Vidzeme	180 431	11 254	9 144	7 069	6 855	5 221
Kurzeme	232 312	14 558	12 698	9 158	8 563	6 183
Zemgale	225 047	13 987	11 176	8 078	7 416	5 520
Latgale	245 053	17 109	14 513	9 385	8 631	6 878

Pensiju saņēmēju skaits un pensiju apmērs



Pensijas vidējie apmēri

- 2025. gadā vidējā vecuma pensija Latvijā svārstījās no 625 līdz 673 eiro, vīriešiem saņemot 724 eiro un sievietēm 645 eiro.
- Reģionālās atšķirības: lauku pašvaldībās tālāk no Rīgas vidējā pensija ir 515 eiro, savukārt Pierīgas reģionā tā sasniedz 780 eiro (CSP, 2026c).
- Kopš 2025. gada iedzīvotāju ienākuma nodoklis tiek ieturēts no pensijām virs 1000 eiro (Par iedzīvotāju ienākuma nodokli, 11.05.1993).

Veselīgi nodzīvoti mūža gadi Latvijā

- 2024. gadā 54,3 gadi sievietēm un 51,2 gadi vīriešiem (Oficiālās statistikas portāls, 2025)
 - ES veselīgo dzīves gadu skaits vidēji 63,1 gadu, no kuriem 63,3 gadi attiecās uz sievietēm un 62,8 gadi uz vīriešiem (Eurostat, 2025).
 - Pēc 65 gadu vecuma sasniegšanas Latvijas iedzīvotāji veselīgi nodzīvo vēl vidēji tikai 4,8 gadus (kamēr ES vidēji tie ir 9,4 gadi).
-

4. Sociālā aprūpe un senioru vara

- Sociālā aprūpe ir attiecībās balstīts sociālais pakalpojums, kas sniedz personalizētu palīdzību pakalpojuma saņēmējiem ikdienas pamatvajadzību nodrošināšanā (Barker, 2014; WHO, 2023a).
- Kam nepieciešama? Tiem, kuriem “ir objektīvas grūtības aprūpēt sevi vecuma vai funkcionālo traucējumu dēļ” (Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums, 31.10.2002.).
- Straujais finansiālo izdevumu pieaugums aprūpes sistēmā ievērojami ietekmē to, ka aprūpes nodrošināšanai tiek pievērsta sabiedrības un pētnieku uzmanība

Kāpēc jārunā par varas attiecībām aprūpē?

- Pieaug pieprasījums pēc aprūpes mājās un ilgtermiņa aprūpes pakalpojumiem senioriem.
- 7250 seniori saņem sociālās aprūpes pakalpojumus ilgtermiņa aprūpes iestādēs.
- 14 494 seniori saņem aprūpes pakalpojumus mājās.
- 2025. gadā vidējā vecuma pensija Latvijā svārstās no 625 līdz 673 eiro, vīriešiem saņemot 724 eiro, bet sievietēm – 645 eiro.
- Lauku pašvaldībās, kas atrodas tālāk no Rīgas, vidējā vecuma pensija ir 515 eiro.
- Pašvaldībām ir galvenā loma senioru aprūpes pakalpojumu organizēšanā Latvijā.
- Kopienā balstītu pakalpojumu mērķis ir palīdzēt senioriem dzīvot patstāvīgāk un saglabāt dzīves kvalitāti.
- Varas attiecības ietekmē senioru ikdienas pieredzi, piekļuvi pakalpojumiem un lēmumu pieņemšanas iespējas.

Vara un attiecības sociālajā aprūpē

- Varas attiecības ir tādas sociālas attiecības, kurās viens cilvēks vai grupa izrāda savu varu pār otru cilvēku vai grupu to ietekmējot, kontrolējot, kā arī ieņemot noteicošu lomu savu izvirzīto mērķu sasniegšanai (Weber, 1978, p. 53; Obi-keguna et al., 2017; Bela & Rasnača, 2023, 489.lpp.).
- Varas attiecības starp senioriem un sociālās aprūpes pakalpojuma sniedzējiem īstenojas ilgtermiņa formālās sociālās aprūpes nodrošināšanā gan sociālajā aprūpē mājās, gan ilgstošas sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūcijās (Sociālo pakalpojumu un sociālās palīdzības likums, 31.10.2002.).

Pētījums

- Pētījums ir balstīts uz gadījumu izpēti pieejā, izmantojot statistisko analīzi un kvalitatīvas daļēji strukturētas intervijas ar senioriem, sociālajiem darbiniekiem, aprūpētājiem un kopienā balstītu sociālās aprūpes pakalpojumu organizatoriem.
- 56 daļēji strukturētas intervijas.
- Pētījuma laika robežas ir 2016.–2026. gads.
- Pētījuma telpiskās robežas ir septiņi lauku novadi no četriem Latvijas reģioniem.

Ko analizējām?

- Varu 'PĀR'
- Ko seniori nevar ietekmēt?
- Administratīvā vara
- Strukturālie faktori, kas ietekmē aprūpes nodrošināšanu senioriem
- Administratīvie šķēršļi un hierarhija
- Finanšu ietvars
- Pakalpojumu sniegšanas procedūras
- Vara 'AR'
- Seniori lemj paši
- Uz attiecībām balstīta sadarbība
- Kopienā balstīts atbalsts
- Vienaudžu attiecības ilgtermiņa aprūpes iestādēs
- Dalība aprūpes plānošanā
- Senioru autonomijas veicināšana

Secinājumi

1. Varas attiecības senioru sociālajā aprūpē izpaužas kā finansiāla “vara pār”, kas nosaka seniora iespējas saņemt viņa vajadzībām atbilstošus aprūpes pakalpojumus.
2. “Vara pār” izpaužas kā administratīva vara, kas nosaka ikdienas rutīnu ilgtermiņa aprūpes iestādēs, kā arī aprūpes stundu skaitu un apmeklējumu biežumu mājas aprūpē. Gan institūcijās, gan mājas aprūpē pakalpojumu saturs dažādās pašvaldībās atšķiras.
3. Lai gan pastāv kopīgas vadlīnijas senioru vajadzību novērtēšanai, katra pašvaldība organizē un sniedz pakalpojumus atšķirīgi; tāpēc novērtējums tiek pielāgots pieejamajām pakalpojumu sniegšanas iespējām, nevis seniora faktiskajām vajadzībām. Tas atspoguļo “varu pār”, kas katrā lauku pašvaldības kopienā tiek īstenota atšķirīgi.

Secinājumi (2)

4. Ilgtermiņa aprūpes iestādēs seniori īsteno “varu AR ” izvēloties istabas biedrus atbilstoši savstarpējām interesēm un izmantojot iespējas brīvā laika aktivitātēm, piemēram, mijiedarbību ar dzīvniekiem, kultūras pasākumus, brīvprātīgo darbu un sadarbību ar vietējās kopienas pārstāvjiem.
5. Mājas aprūpē “varu AR ” īsteno, sadarbojoties senioriem, aprūpētājiem, ģimenes locekļiem un vietējās kopienas pārstāvjiem, ļaujot senioriem piedalīties lēmumu pieņemšanā par ikdienas rutīnu, aprūpes aktivitātēm un sociālo mijiedarbību savā mājas vidē.
6. Gan mājas aprūpē, gan ilgtermiņa aprūpē “vara AR” izpaužas senioru iesaistīšanās lēmumu pieņemšanā par veselības aprūpes pakalpojumiem, izmaiņām aprūpes sniegšanā un cilvēkiem, ar kuriem viņi mijiedarbojas ikdienas dzīvē.
7. Gan mājas aprūpē, gan senioriem trūkst pietiekamas informācijas par saņemtajām zālēm.
8. Mājas aprūpē ir svarīgi, kas ir aprūpētājs, vai solītie pakalpojumi tiek sniegti un vai ir laiks sarunām un emocionālajam atbalstam. Aprūpētāja vizīšu laiks arī ne vienmēr ir piemērots paša seniora vēlmēm.



Labā prakse



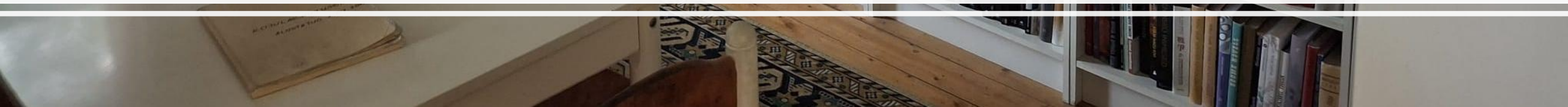
RĪGA



Tallina



Tallina/Rīga





KÄSITÖÖESEMETE
NÄITUS-MÜÜK



Rīga





Sociālā darba studentes un NVO



Rīga, dienas centrs, NVO