

# Tavās rokās - pasauli kustināt!

Pilsoniskās līdzdalības formas un piemēri



# Tavās rokās - pasauli kustināt!

Demokrātiska sabiedrība nav iedomājama bez aktīvas iedzīvotāju līdzdalības. Pilsoniskā līdzdalība ir cilvēka individuāla un mērķtiecīga iesaistīšanās dažādos procesos. Tai ir daudz formu, taču šajā bukletā uzzināsi par:

- vēlēšanām;
- publiskajām diskusijām;
- brīvprātīgo darbu;
- biedrošanos;
- piketiem, gājieniem un sapulcēm;
- tautas nobalsošanu, referendumu un parakstu vākšanu;
- tiesībām uz taisnīgu tiesu;
- vietējo jeb sabiedrības pārvaldi;
- iestāšanos par mazaizsargātiem cilvēkiem;
- vārda un izteiksmes brīvību;
- privāto dzīvi.


Visu šo līdzdalības formu mērķis ir veidot labu, izglītotu, spēcīgu, demokrātisku sabiedrību, kur katra cilvēka viedoklis, idejas un nākotnes redzējums tiek ņemts vērā. Tiesa, būtisku lomu pārmaiņu procesā ieņem arī tādas netaustāmas vērtības kā argumentu kvalitāte, cieņa un empātija, bez kurām pilsoniskā līdzdalība kļūst vien formāla un ilgtermiņā neefektīva.

# Vēlēšanas

Vēlēšanas ir viena no pilsoniskās līdzdalības formām. Demokrātiskās valstīs sabiedrība deputātu rokās nodod varu, lai pēcāk tie pārstāvētu vēlētāju viedokli un intereses. Termini "vēlēt" un "balsot" ir sinonīmi un tiek lietoti gan Satversmē, gan citos normatīvajos aktos. Satversmes 101. pants nodrošina ikvienam Latvijas pilsonim tiesības vēlēt un tikt ievēlētam. Balsojot par sev tīkamu partiju un kandidātiem pašvaldību, Saeimas un Eiropas Parlamenta vēlēšanās, Tu stiprini demokrātisko iekārtu, kā arī nodrošini tās pastāvēšanu, jo ikviena balss un viedoklis nes kopējo labumu. Svarīgi izvēles veikt atbildīgi, pārdomāti un aktīvi, apzinoties, ka ikviens lēmums un nodotā balss rada īstermiņa un ilgtermiņa sekas. Balsojot Tu apliecini savu gatavību un spēju uzņemties atbildību. Izvairoties no dalības vēlēšanās, Tu izvairies uzņemties atbildību un zaudē balsi lēmumos, kas izšķir, kādā valstī dzīvosī pats un Tavi pēcnācēji.

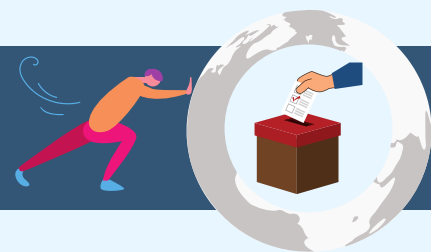
Aktīva rīcība jeb sagatavošanās nozīmē, ka Tu pirms vēlēšanām iepazīsties ar politisko partiju kandidātu sarakstiem un priekšvēlēšanu programmām, kurās izklāstīts, ko partija darīs, ja tiks ievēlēta. Šī informācija vienkopus pieejama Centrālās vēlēšanu komisijas mājaslapā.

Latvijas pilsoņiem, kuri ir sasnieguši 18 gadu vecumu, ir tiesības piedalīties pašvaldību domju, Saeimas un Eiropas Parlamenta vēlēšanās.



Piemērs: Ievērojams bariņš pilngadīgu jauniešu skolas aktu zālē lēma, ka neies vēlēt, jo, viņuprāt, tas ir bezjēdzīgi iztērēts laiks, un politika viņus neinteresē. Minētajā pilsētā pašvaldību vēlēšanās bija vērojama zema vēlētāju aktivitāte, turklāt pārsvaru guva partija, kura ir izteikti populāra gados vecāka gājuma cilvēku vidū. Arī partijas programmā seniori bijuši kā prioritārā grupa. Rezultātā – jaunieši ir kaitējuši tikai un vienīgi paši sev. Daudz efektīvāk būtu bijis partiju programmās atrast savām interesēm visatbilstošāko piedāvājumu un balsot par to, parādot, ka turpmāk vairāk uzmanības jāpievērš kvalitatīvām brīvā laika pavadīšanas vietām, ārpuskolas izglītības jautājumiem, ārvalstu sadraudzības pilsētu programmām, kā arī citām uz jauniešu auditoriju mērķētām aktivitātēm. Pie zemas vēlētāju aktivitātes jo īpaši svarīga ir katra balss. Taču iespēja ir nokavēta, un tuvākajos četros gados pārmaiņas šajās jomās, visticamāk, nav gaidāmas.

**Ja gribi noteikt, kurš vadīs un lems,  
ej vēlēt!**



# Publiska diskusija

Publiska diskusija parasti ir strīdīgas, neviennozīmīgas tēmas publiska apspriešana, kurā var sastapties gan līdzīgi, gan diametrāli pretēji, cieņpilni argumentēti viedokļi. Tā var būt viedokļa izteikšana internetā, medijos, piedalīšanās publiskajās apspriedēs sabiedriski nozīmīgu jautājumu lemlēmšanā. Aktīva indivīda iesaiste ir iespēja pārstāvēt savu viedokli un intereses, tas ir solis tuvāk pārmaiņām un attīstībai.

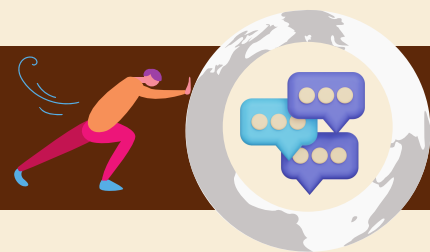
Cilvēki bieži vien par savu tribīni izteikumiem izvēlas interneta diskusijas un sociālos medijus. Plusi šiem rīkiem ir to vienkāršā pieejamība – ierakstīt komentāru var ātri, jebkurā laikā un teju no jebkuras atrašanās vietas. Mīnusi – viedoklis var pazust citu komentāru jūrā, kā arī biežāk nekā klātienē diskusijas laikā var saskarties ar agresīviem un aizskarošiem izteikumiem, turklāt ir diezgan sarežģīti iztēloties savu sarunas partneri, lai pārlicinātos, vai pretī diskutē tikpat norūpējies iedzīvotājs vai kāds mērķtiecīgs “trollis” jeb viltus profils.



Piemērs: Sociālo mediju ierakstu autors pie kāda ziņu portāla ieraksta iesaistās diskusijā par plānotajām izmaiņām Izglītības likumā un atsaucas uz savu 55 gadu garā mūža pieredzi. Viņš izmanto agresīvu valodu, pauž nosodījumu iesaistītajām pusēm, atsaucas uz izglītības sistēmu, neiedziļinoties šī brīža situācijā, kura būtiski mainījusies kopš viņa skolas laikiem. Cilvēks ir aizmirsis, ka diskusija veidojas tad, ja puses ciena viena otru, un ka saruna vedas tikai tad, ja viens otrā klausās.

Šis ir piemērs, kā nedarīt, jo diskusijas mērķis nebūs sasniegts, pārmaiņas nesešos. Pārmaiņām labvēlīga vide ir veselīga attieksme, situācijas analīze, argumentu būvēšana uz faktu, nevis emociju bāzes.

**Iesaisties publiskajās diskusijās!**



# Brīvprātīgais darbs

Brīvprātīgais darbs ir fizisks vai intelektuāls darbs, ko cilvēks veic no brīvas gribas, bez atlīdzības, sabiedrības labā. Individīda brīvprātīga klaiņojošu dzīvnieku barošana, kaimiņu dārza sakopšana un līdzīgas sabiedrībai vajadzīgas aktivitātes nekvalificējas kā brīvprātīgais darbs likuma izpratnē. Brīvprātīgo darbu ir tiesības organizēt: biedrībām un nodibinājumiem, tai skaitā arodbiedrībām un to apvienībām, valsts un pašvaldību iestādēm, politiskajām partijām un to apvienībām, kā arī sociālajiem uzņēmumiem.

Iesaistīties brīvprātīgajā darbā var ikviens, kurš sasniedzis 13 gadu vecumu, taču jauniešiem vecumā no 13 līdz 16 gadiem būtu jāuzrāda organizatoriem vecāku vai likumisko pārstāvju rakstveida piekrišana. Pirms brīvprātīgā darba veikšanas organizatoram un brīvprātīgajam ir jāvienojas, mutiski vai noslēdzot rakstveida līgumu, par veicamā darba apjomu, izpildes kārtību un termiņu, darba veicēja pienākumiem un tiesībām. Ar brīvprātīgā darba veicēju organizatori nedrīkst aizstāt nodarbināto.



Piemērs: Vairāki 16 līdz 19 gadus veci jaunieši pieredzes gūšanas nolūkos interesējas par darba iespējām, taču liela daļa darba piedāvājumu ir ar ilgtermiņa saistībām, kas skolēniem nav savienojamas ar mācībām. Sarunā ar skolas direktoru, jaunieši uzzina, ka ir cits veids, kā iegūt pieredzi - veikt brīvprātīgo darbu. Vienojoties ar saviem vecākiem un organizatoriem, jaunieši piesakās ikgadējā maratona organizēšanai. Viņi kļūst par brīvprātīgajiem darbiniekiem, palīdzot gan sagatavošanās procesā, gan pasākuma dienā klātienē. Jaunieši ir priecīgi, ka neatkarīgi no tā, ka ar šo darbu nenopelna naudu, gūst neatsveramu pieredzi liela pasākuma organizēšanā, kurā ir daudz iesaistīto, uzdevumu un augstas prasības pēc precizitātes un lojalitātes.


**Gūsti pieredzi, mācies un attīsties –  
piesakies par brīvprātīgo!**



# Biedrošanās

Biedrošanās ir brīvprātīga cilvēku apvienošana reģistrētās vai neregistrētās interešu grupās, lai tiektos uz vienotu mērķi. Būtiski – biedrības un Tevis kā biedra mērķis NAV pelnīt. Biedrošanās brīvībai var būt visdažādākās izpausmes formas: kultūras, sporta, mākslas, izglītības, labdarības, politiskās, ideoloģiskās un citas apvienības.

Biedrības ir nozīmīgi sadarbības partneri valsts un pašvaldību iestādēm. Neregistrētām interešu grupām ir iespējas līdzdarboties valsts pārvaldes un pašvaldību darbā, kā arī iesaistīties savas apkārtnes vides uzlabošanā. Biedrību reģistrācija piešķir tām juridiskās personas statusu, kas atvieglo pārstāvniecību un noteiktos gadījumos piešķir plašākas iespējas pieteikties arī papildu finansiālajam atbalstam. Reģistrētas biedrības ierasts saukt par nevalstiskajām organizācijām.



Piemērs: Zemeņu ielas iedzīvotāji ir neapmierināti ar grants segumu, jo sausuma periodos ielas putekļi pārklāj visu dārzu, tostarp ogas, ziedus. Atsevišķi ļaudis vērsušies pašvaldībā, norādot uz šo problēmu. Pašvaldība informē, ka šobrīd nav plānots mainīt ielas segumu. Blakus esošās Kļavu ielas iedzīvotāji ir apvienojušies biedrībā "Kļavas", aicina arī Zemeņu ielas iedzīvotājus pievienoties, lai uzlabotu vidi sev apkārt. Biedrība regulāri sazinās ar pašvaldību, saņem tās atbalstu projektu īstenošanai. "Kļavas" vērsas ar iesniegumu pašvaldībā, pamatojot nepieciešamību mainīt Zemeņu ielas segumu. Pašvaldība, redzot 30 biedru parakstus pie iesnieguma, saprot problēmas apjomu, sola tuvākā gada laikā problēmu risināt.

**Biedrojies un topi sadzirdēts!**



# Pikets, gājiens un sapulce


Pikets, gājiens un sapulce ir valsts garantētās un aizsargātās miermīlīgās pulcēšanās izpausmes. Tās demokrātiskā sabiedrībā ar likumu ierobežo tikai tiktāl, lai aizstāvētu valsts un sabiedrības drošības intereses, nepieļautu nekārtības vai noziedzīgus nodarījumus, aizsargātu sabiedrības veselību un tikumību, kā arī citu cilvēku tiesības un brīvības. Ikvienam ir tiesības ne tikai organizēt miermīlīgu sapulci, gājienu vai piketu, bet arī piedalīties tajā. Valstij ir jānodrošina netraucēta pasākumu norise, savukārt dalībniekiem ir jārīkojas atbildīgi, aizliegts: ņemt līdzī vielas, ieročus vai citus priekšmetus, ar ko var tikt nodarīti miesas bojājumi cilvēkiem vai bojāta sveša manta; lietot pasīvās aizsardzības līdzekļus (ķiveri, bruņuvēstī u.tml.) un radīt jebkāda veida apdraudējumu pārējiem dalībniekiem un citiem cilvēkiem.

Publiski izziņotu, transportu un gājēju kustību traucējošu sapulču, gājienu un piketu rīkošana to organizatoriem jāpiesaka pašvaldībā, kuras administratīvajā teritorijā ir paredzēts attiecīgais pasākums. Standarta apstākļos – ne agrāk kā četrus mēnešus un ne vēlāk kā desmit darbadienas pirms attiecīgā pasākuma norises, bet izņēmuma gadījumos – ne vēlāk kā 24 stundas pirms plānotā pasākuma norises.

**Sapulce** ir organizēta pulcēšanās nolūkā tikties ar cilvēkiem un izteikt idejas un viedokļus par dažādiem sabiedriski nozīmīgiem politiskiem, ekonomiskiem un sociāliem tematiem. Sanāksme, mītiņš vai citāda tamlīdzīga pulcēšanās pielīdzināma sapulcei.

**Gājiens** ir organizēta pārvietošanās pa ceļiem, ielām, laukumiem, ietvēm vai citām satiksmei izbūvētām teritorijām nolūkā izteikt viedokļus par sabiedriski nozīmīgiem jautājumiem. Demonstrācija, procesija vai citāda tamlīdzīga pārvietošanās arī ir pielīdzināma gājienam.

**Pikets** ir pasākums, kura laikā viens vai vairāki cilvēki publiskā vietā ar plakātiem, lozungiem, transparentiem vai citiem atribūtiem pauž kādas idejas un viedokļus par sabiedriski nozīmīgiem jautājumiem, bet kura gaitā netiek teiktas runas vai uzrunas.



Piemērs: Latvijas piensaimnieki ir sarūgtināti, ka nozare nesaņem pietiekamu valsts atbalstu, turklāt valsts neierobežo piena produktu importu. Vietējo produktu cenas ir augstākas, jo arī ražošanas izmaksas ir nesamērīgi lielas. Piensaimnieki piketē pie Ministru kabineta, aicinot veikt izmaiņas atbalsta programmās, lai palielinātu konkurētspēju ar ārvalstu ražotājiem. Pikets piesaista lielu sabiedrības un mediju uzmanību, lauksaimnieki pievienojas akcijā, atbalstot kolēģus. Ministru prezidents liek Zemkopības ministrijai pārskatīt atbalsta mehānismus. Pusgada laikā rod risinājumu piensaimnieku atbalstam.

Nav rezultāta? Iestājies par savām interesēm –  
pulcējies, piketē, ej gājienos!




# Tautas nobalsošana jeb referendums

Iedzīvotāju parakstu vākšana par dažādām iniciatīvām ir nozīmīgs solis likumdošanas izmaiņu veikšanai. Lai to darītu, Tev jābūt pilngadīgam Latvijas pilsonim, kuram atļauts vēlēties Saeimu.

Iedzīvotāji var sagatavot likumprojektu. Centrālā vēlēšanu komisija pēc izvērtē gan iesniedzējus, gan sagatavotā likumprojekta atbilstību nepieciešamajiem kritērijiem, sāk parakstu vākšanu par tā iesniegšanu Saeimā. Parakstus iespējams vākt arī, lai rosinātu atlaist Saeimu vai par referenduma ierosināšanu par likumu, kura izsludināšanu apturējis Valsts prezidents. Parakstīties var noteiktās pašvaldību iestādēs, kā arī pie zvērinātiem notāriem un elektroniski portālā Latvija.lv. Tikai tad, ja 12 mēnešu laikā savākta viena desmitā daļa vēlētāju (aptuveni 155 tūkstoši) parakstu, likumdošanas iniciatīvu skatīs Saeimā vai arī izsludinās referendumu par Saeimas atlaišanu. Būtiski – savākti paraksti nenozīmē, ka būs tūlītējs rezultāts, tā ir daļa no procesa, lai veiktu izmaiņas likumos, ko jebkurā gadījumā pēc skatīšanas Saeima vai prezidents, atkarībā no ierosinājuma.

Tautas nobalsošanā jeb referendumā līdzīgi kā vēlēšanās iepriekš noteiktā datumā dodies uz vēlēšanu iecirkni, bet tā vietā, lai balsotu par kādu politisko partiju, biļetenā atzīmē, vai esi PAR vai PRET konkrēto iniciatīvu, kuras dēļ referendums ierosināts. Arī referendumā var piedalīties ikviens cilvēks, kuram ir tiesības vēlēties Saeimu, tātad 18 gadus vecs Latvijas pilsonis. Referendums ir jāriko obligāti, ja vēlas atlaist Saeimu, par būtiskiem jautājumiem saistībā ar dalību Eiropas Savienībā, kā arī, ja tiek grozīti Satversmes panti par valsts iekārtu un simboliem. Referendumu nevar rīkot par budžetu un likumiem, kas saistīti ar nodokļiem, tarifiem vai citiem maksājumiem, karu un mobilizāciju, kā arī par līgumiem ar ārvalstīm un steidzamiem likumiem. Referendumam ir tūlītējs spēks un seko darbība – pēc tā tiek pieņemti lēmumi par tālāko darbību, piemēram, tiek labots likums vai atlaista Saeima.



Piemērs: Piejūras reģionu iedzīvotāji iebilst pret jaunajiem mežu izciršanas nosacījumiem, aktīvi iesaistās problēmas aktualizēšanā, sniedz intervijas medijiem, piketē pie Saeimas. Problēmu sadzird visā Latvijā. Vides aktivistu biedrībai īsā laikā izdodas savākt 200 000 iedzīvotāju parakstu, kas apliecina, ka sabiedrība iebilst pret jaunu koku izciršanu. Saeima neņem vērā piedāvātos likuma grozījumus. Rezultātā – tiek izsludināts referendums par grozījumiem konkrētajā likumā. Iedzīvotāji nobalso par izmaiņām likumā, tādējādi liedzot izcirst jaunus kokus.

**Viens paraksts un viena balss  
nozīmē vairāk, nekā Tu domā!**





# Tiesības uz taisnīgu tiesu

Tiesības uz taisnīgu tiesu ir vienas no būtiskākajām cilvēktiesībām, kuras garantētas Satversmē. To īstenošana palīdz nodrošināt arī citas pamattiesības un brīvības. Cilvēki mēdz pārprast šo jēdzienu, jo uzskata, ka tikai labvēlīgs tiesas spriedums nozīmē, ka šīs tiesības ir īstenotas. Taču tā nav. Tiesas un tiesnešu pienākums ir precīzi sekot likumos noteiktajai kārtībai, ievērojot vienlīdzīgu attieksmi pret visiem iesaistītajiem un tādējādi nodrošinot taisnīgu un efektīvu lietas izskatīšanu.

Tev ir jāievēro procesuālie pienākumi. Savukārt, ja lietas izskatīšanas laikā Tev rodas iespaids, ka šo kārtību tiesa neievēro, izmanto pieejamās iespējas – noteiktos gadījumos iesniedz blakus sūdzību vai vērsies ar sūdzību pie tiesas priekšsēdētāja, piemēram, par tiesnesi, kas neievēro termiņus. Tu vari tiesāties arī ar valsti, ja redzi, ka centieni panākt pārmaiņas ar iesniegumiem un citu saziņu ar konkrētajām iestādēm ir nesekmīgi. Ja Tavas tiesības ir pārkāptas, tad valstij var nākties par to atbildēt un piešķirt Tev kompensāciju. Apsverot iespēju aizstāvēt savas un arī citu cilvēku tiesības, aicinām iepazīties ar administratīvo tiesu un Satversmes tiesas sagatavotajiem materiāliem par vēšanos tiesā.



Piemērs: Vecāki skolas padomē vienojas, ka viņu bērnu pusdienas būs veģetāras. Pamatojums – veģetārs, sabalansēts uzturs der visiem, kamēr gaļu un tās izstrādājumus pietiekoši daudzi cilvēki izvēlas neēst. Pārtikas un veterinārais dienests nepieļauj izglītības iestādēs veģetāru uzturu kā vienīgo, atsaucas uz Ministru kabineta noteikumiem. Soda skolu par šādu ēdināšanas praksi. Vecāki vēršas administratīvajā tiesā, un, lai gan pirmās tiesas instance pieteikumu neapmierina, vecāki apzinās savas tiesības pārsūdzēt spriedumu un tās izmanto. Administratīvā apgabaltiesa lemj pretējo un piekrīt, ka nepieciešamas izmaiņas, kuras ļauj uztura speciālistu plānotās maltītes veidot bez gaļas un tās produktiem, saglabājot ēdienreižu uzturvērtību.


Šis ir piemērs, kā daži cilvēki aktīvi iestājas par saviem uzskatiem un panāk izmaiņas, kas piešķir visai sabiedrībai iespējas uz brīvu izvēli uztura jautājumos bērnu ēdināšanā izglītības iestādēs.

**Zini savas tiesības,  
izmanto savas iespējas!**



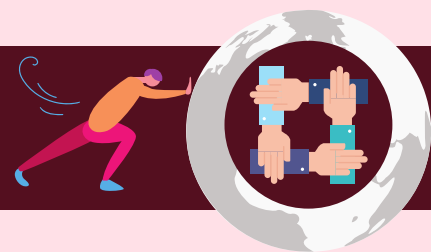
# Vietējā jeb sabiedrības pārvalde

Vietējā jeb sabiedrības pārvalde ir skolēnu un studentu pašpārvaldes, vecāku padomes, nevalstiskās organizācijas, kā arī citas apvienības. Iesaistišanās vietējā pārvaldē ir Tava iespēja dalīties savos uzskatos, pieredzē, īstenot ieceres, nereti samērā īsā laikā redzēt rezultātus un pārmaiņas dažādās jomās. Tas arī ir veids, kā iegūt informāciju un sadarbības partnerus, tādējādi palielinot savas iespējas attīstībai arī ikdienas dzīvē ārpus šī cilvēku un aktivitāšu loka. Gan Satversme, gan citi likumi garantē iedzīvotāju tiesības pulcēties un apvienoties dažādu mērķu sasniegšanai. Tu vari klausīties savas pašvaldības domes sēdes, kā arī piedalīties sabiedriskajās apspriešanās un izteikt viedokli par plānoto būvniecību, teritoriālo plānošanu un citiem jautājumiem. Izstāstot dzirdēto saviem domubiedriem, ideja var attīstīties un viest būtiskas pārmaiņas. NVO un biedrības nereti piedalās Saeimas vai pašvaldību domju komisiju sēdēs un sniedz savu viedokli. Ar priekšlikumiem par jebkuru sev svarīgu jautājumu pie pašvaldību vai valsts iestādēm un politiķiem vari vērsties arī rakstiski. Jo vairāk cilvēku izrādīs savu aktivitāti, jo lielāka iespēja panākt vēlamās izmaiņas! Atkarībā no tā, vai vēlies darboties individuāli vai arī piesaistīt domubiedrus, vari izvēlēties sev ērtāko iesaistes formu un biežumu.



Piemērs: Bērnu dārza vecāku padomes sapulcē vienojas, ka tuvākā gada laikā vēlētos bērnu dārza pagalmā izveidot nojumus, kurās bērniem un skolotājām patverties stipras saules vai lietus laikā. Bērnu dārzam nav finansiālo līdzekļu, kā arī darba roku, kuras to varētu īstenot, jo tā nav laikus iezīmējusies kā prioritāte budžeta plānos. Vecāki ierauga kādu konkursu, kurā iespējams laimēt dāvanu kartes būvniecības veikalā. Vecāki sagatavo konkursa pieteikumu, uzvar konkursā, saņem balvā dāvanu kartes, ar kurām iegādājas dažādus izejmateriālus nojumju būvēšanai. Vienojoties ar bērnu dārza vadību, pēc savas iniciatīvas organizē talku, kurā aicināti piedalīties visu audzēkņu vecāki. Pēc saskaņotiem plāniem uzbūvē drošas un skaistas nojumus. Šis ir piemērs, kā vecāki izmanto savas iespējas, atrod ātrus un drošus risinājumus finanšu līdzekļu piesaistei, lai īstenotu vajadzības, kuras kalpos daudzu bērnu un skolotāju labā.

**Iesaisties sabiedrības pārvaldē,  
pilnveido un attīsti vidi sev apkārt!**



# Iestāšanās par mazaizsargātiem cilvēkiem

Iestāšanās par mazaizsargātiem cilvēkiem ir Tava izvēle palīdzēt vai gluži vienkārši izlikties nemanām tos, kuri dažādu iemeslu dēļ attiecīgajā situācijā nevar pietiekami par sevi pastāvēt. Par mazaizsargātiem uzskatāmi bērni, jaunieši (no 13 līdz 25 gadus veci), cilvēki ar invaliditāti, pensionāri, cilvēktirdzniecības upuri, no vardarbības cietušie cilvēki, kā arī citi. Katram no viņiem ir atšķirīgi aspekti, kuru dēļ viņi ir vairāk aizsargājami un kādēļ pārējai sabiedrībai būtu par viņiem īpaši jāparūpējas. Tev ir iespēja ar savām zināšanām palīdzēt kādam izbēgt no briesmām, Tev ir iespēja atnest kādu pārtikas maisu no veikala, Tev ir iespēja iekustināt citus un mudināt darīt vairāk līdzcilvēku labā. Tā ir Tava atbildība un izvēle nebūt vienaldzīgam, pamanīt, izturēties ar cieņu, ieklausīties, būt iejūtīgam un sniegt atbalstu. Tās ir vērtības, ko mēs ikviens varam sevī un sabiedrībā kopumā izkopt. Tikai drosmīgi un atbildīgi ikdienas lēmumi ļauj mums visiem kopā veidot atklātu un iekļaujošu sabiedrību.



Piemērs: Skolotāja novēro, ka pēdējā laikā viņas audzēknis Ralfs sāk izvairīties no kontaktēšanās un kļūst noslēgts. Skolotāja uzzina, ka Ralfa dzīvē parādījis jauns cilvēks, ko pats uztver par piemēru. Ralfs no jaunā "labvēļa" saņem dāvanas un apliecinājumus. Viņš izturas neierasti, piepeši paziņo, ka drīz kopā ar jauno draugu dosies dzīvot uz ārzemēm. Tomēr skolotāja savu satraukumu pauž Ralfa vecākiem, kuri aprunājas ar savu dēlu. Viņš nevēlas vecākiem neko stāstīt, taču viņiem izdodas Ralfu aizvest uz vizīti pie psihologa. Pēc sarunas ar psihologu Ralfs izstāsta vecākiem, kas ir noticis. Atklājas, ka jauniešiem ir nepieciešama kompleksa palīdzība (iesaistāmi arī citi dienesti un speciālisti), jo izrādījis, ka viņš kļuvis par interneta sarakstē iegūta "drauga" upuri, fiziski ietekmēts, kā rezultātā viņam būtiski cietusi kā fiziskā, tā mentālā veselība. Ralfu iebiedēja, tādēļ viņš pakļāvās un plānoja doties uz ārzemēm. Uz ārzemēm piespiedu darbā viņš nedevēs, jo skolotāja nepalika vienaldzīga, redzot neierasto audzēkņa uzvedību un ziņoja vecākiem.

Šis ir tikai viens no neskaitāmiem piemēriem, kur sākotnēji nevainīga jauna "drauga" parādīšanās dzīvē var liecināt par rūpīgu izplānotu un izspēlētu shēmu, lai cilvēku savervētu, iemantotu viņa uzticēšanos un pēcāk ekspluatētu prostitūcijā (visbiežāk meiteņu gadījumā) vai piespiedu darbā (visbiežāk zēnu gadījumā). Tāpēc ikvienam sabiedrības loceklim šādās situācijās, it īpaši, kad ir runa par nepilngadīgajiem, ir ne tikai tiesības, bet pienākums pievērst papildu uzmanību un sadarboties ar citiem, lai novērstu cilvēka izmantošanu.

**Palīdzi, ja vari! Iespējams, Tu esi vienīgais, kurš nepaies garām.**



# Vārda un izteiksmes brīvība

Vārda un izteiksmes brīvība ir demokrātiskas sabiedrības pamats – tiesības izteikt savu viedokli, meklēt un saņemt informāciju. Vārda brīvība nav pakļauta cenzūrai. Vienlaikus piebilstams, ka tiesības uz vārda brīvību beidzas tur, kur sākas citu cilvēku tiesības uz godu un cieņu. Vārda brīvība ir ierobežojama, lai aizsargātu demokrātisko valsts iekārtu, sabiedrības drošību, labklājību un tikumību. Nav pieļaujama naida kurināšana pret cilvēkiem, pamatojoties uz viņu nacionalitāti, etnisko piederību, reliģiju, dzimumu, vecumu, seksuālo piederību vai veselības stāvokli. Ja, piemēram, interneta portāls vai sociālais medijs dzēsīs izteikumus, kas ietver naida runu, tā nebūs cenzūra.

Paužot savu viedokli publiski, Tava atbildība ir turēt roku uz pulsa, būt informētam, būt kritiski analītiskam pret saturu, kuru lasi, dzirdi, redzi un nodod tālāk. Medijpratība jeb analītiska satura izvērtēšana ir Tava atbildība. Katrs noteikti kādu reizi būs iekritis kādās meistarīgi veidotu melu lamatās. Tomēr, lai tas nenotiktu, vienmēr svarīgi sākt trenēt savu medijpratību. Šo prasmi var apgūt ikviens jebkurā vecumā. Lielākoties cilvēki informāciju iegūst plašsaziņas līdzekļos un sociālajos medijos, tādēļ mūsdienu pārsātinātajā informatīvajā telpā ir jābūt ļoti uzmanīgam, jāizvērtē, vai un cik lielā mērā informācija ir uzticama. Dzīvodams Latvijā šī brīža ģeopolitiskajos apstākļos, Tu pats redzi, cik būtiska loma ir informācijai un kā tā kalpo par demokrātisko vērtību nesēju. Informācija var arī bruģēt ceļu uz agresiju. Tā tas notiek, ja informācija ir veidota ar mērķi manipulēt un kalpo par autoritāra režīma propagandas līdzekli.

Plašsaziņas līdzekļu jeb mediju loma un misija ir sniegt sabiedrībai aktuālu un precīzu informāciju par notikumiem Latvijā, Eiropā, pasaulē. Protams, ir tādi mediji, kuri nopelnījuši sabiedrības uzticību un lielākoties atspoguļo tikai korektu informāciju, taču ir arī tādi, kuri izmanto vārda un izteiksmes brīvību negodprātīgi, runājot puspatiesībās vai melos. Vārda brīvība ietver ne tikai brīvību meklēt un saņemt informāciju, viedokļu izteikšanu sociālajos medijos, bet arī iesaisti dažādu lēmumu pieņemšanā. Tās var būt diskusijas, sabiedriskās apspriešanas par savas pilsētas, apdzīvotās vietas apbūvi vai daudzdzīvokļu nama apsaimniekošanu. Katra indivīda iesaiste lēmumu pieņemšanā, sākot ar visniecīgākajām ikdienas lietām, dod ieguldījumu labklājīgas Latvijas veidošanā – kādu mēs tik ļoti vēlamies savu valsti redzēt.

Piemērs: Senioru pāris katru vakaru skatās televīzijas ziņu raidījumu. Papildu informāciju viņi iegūst senioru klubīnā, bibliotēkā, kāpņutelpā, sarunājoties ar tur sastaptajiem cilvēkiem. Viņi pārrunā, ko ir dzirdējuši, un saprot, ka informācija krasi atšķiras. Kāds draugs teicis, ka no jaunā gada pensijas palielinās, kāds teicis – ka samazinās. Seniori stāsta par šo situāciju savai pusaugu mazmeitai, kura ir pilsoniski aktīva sociālo mediju lietotāja ar vairāk nekā pieciem tūkstošiem sekotāju. Dzirdot vecvecāku problēmu, viņa informāciju par izmaiņām pensiju izmaksas apjomā meklē Labklājības ministrijas, Ministru kabineta un citu atbildīgo iestāžu mājaslapās, apskata vairākus ziņu portālus un sociālos medijus, izstāsta vecvecākiem, ko noskaidrojusi, ieviešot informācijas skaidrību. Pēcāk mazmeita šo pensiju tematu izklāsta arī saviem sociālo mediju sekotājiem. Viņa ir pozitīvs piemērs, jo rūpīgi izvērtē saturu, kuru nodod citiem. Viņa ievēro vārda un izteiksmes brīvības noteikumus – pat tad, ja nepiekrīt kādam viedoklim, savu pozīciju pauž, saglabājot cieņpilnu attieksmi. Šīs iemaņas ieguvusi ģimenē.

**Lasi, klausies, dzirdi, dalies,  
bet pats galvenais – izvērtē!**



# Privātā dzīve

Privātā dzīve ir jebkāda informācija, kas raksturo Tevi un norāda par Tavām privātajām darbībām. Šis jēdziens ietver plašu tēmu loku, tostarp Tavu datu – vārda, uzvārda, attēla, dzimuma, seksuālās orientācijas – aizsardzību, informāciju par ģimenes dzīvi (laulību, bērniem), mājokli un Tavu korespondenci (vēstulēm, e-pastiem). Valstij ir pienākums aizsargāt Tavu privāto dzīvi no nepamatotas iejaukšanās. Taču tā ir arī Tava atbildība, reizē pilsoniskā līdzdalība, lai Tavi un citu līdzilvēku dati būtu drošībā. Cilvēki arvien vairāk paši publisko savus personu datus sociālajos medijos, piemēram, ziņu ierakstos, fotogrāfijās un video, ļaujot neierobežotam cilvēku lokam iegūt par viņiem informāciju un izmantot to dažādiem mērķiem, tostarp pretlikumīgiem.

Arī noslēdzot līgumu, cilvēki mēdz nepietiekoši pievērst uzmanību dokumentu saturam un jo īpaši – līgumā norādītajiem personas datiem: vārds, uzvārds, personas kods, dzīvesvietas adrese, bankas konta numurs, kontakttālrunis, iepriekšējās kredītsaistības, radnieku vārdi un uzvārdi, darba atalgojums u.c. Pirms līguma parakstīšanas Tev ir jāpārliedz par šo datu precizitāti, kā arī Tev ir tiesības noskaidrot, kāpēc līgumā nepieciešams iekļaut konkrētos datus. Ja Tev nav sniegts atbilstošs pamatojums vai rodas saprātīgas šaubas par konkrētu datu atveidošanas nepieciešamību, Tev ir tiesības iebilst un atteikties sniegt prasītos personas datus.

Nereti iestādes un uzņēmumi, sniedzot pakalpojumu vai noslēdzot līgumu, prasa iesniegt personu apliecinoša dokumenta (personas apliecības vai pases) kopiju. Šie dokumenti ir Latvijas Republikas īpašums, tāpēc Tavs pienākums ir rūpīgi izvērtēt, dot vai nedot šāda dokumenta kopiju, jo tādējādi saņēmējs varēs apstrādāt dokumentā norādītos personas datus. Pirms kopijas iesniegšanas Tev ir jāpārliedz par šīs darbības mērķi un nepieciešamību.

Piemērs: Fitnesa trenere apmeklē interesantus un noderīgus kursus, pēcāk saņem sertifikātu, kas apliecina, ka viņa ir apguvusi konkrētas treniņu tehnikas. Trenere ievieto sociālajos medijos attēlu ar savu sertifikātu, tādejādi reklamējot arī savas jaunās prasmes. Daudzi sūta sveicienus, jautā, kad iespējams pierakstīties uz treniņiem. Taču kāda viņas kliente pamana, ka treneres personas kods ir ļoti labi nolasāms sertifikāta attēlā. Viņa informē treneri par saviem novērojumiem. Trenere ir pateicīga, uzreiz izņem bildi no sociālajiem medijiem, jo apzinās, ka datu publiskošana ir riskanta. Šis ir piemērs, kā reizēm neiedomājamies, kur un kādi dati ir ievietoti, un nepadomājam par to drošību.

## Sargi sevi un savus datus!

