

POLITIKAS IETEIKUMU DOKUMENTS LATVIJA, 2026

SUSTAINABLE ADVOCATES

Encouraging Sustainable Choices
Among Young VET Learners



Sustainable Advocates

Politikas ieteikuma dokuments nr.1

No zināšanām uz rīcību: ilgtspējīga apģērba patēriņa prasmes profesionālajā izglītībā

Problēma

Ātrā un īpaši ātrā mode veicina īsu apģērba lietošanas laiku un lielu tekstilatkritumu apjomu. Pasaulē ik gadu tiek saražoti vairāk nekā 100 miljardi apģērbu vienību un rodas aptuveni 92 miljoni tonnu tekstilatkritumu, bet jaunā apģērbā tiek pārstrādāts mazāk nekā 1% izmantoto tekstilizstrādājumu. Izglītības izaicinājums ir ne tikai informēt jauniešus par šo ietekmi, bet arī palīdzēt zināšanas pārvērst ikdienas rīcībā. Profesionālā izglītība ir piemērota vide šādu zaļo prasmju praktiskai attīstīšanai.

Ko mēs uzzinājām?

Latvijas 30 dienu izaicinājumā **“Nē ātrajai modei”** piedalījās 16 jaunieši vecumā no 18 līdz 25 gadiem. Noslēguma aptauju aizpildīja 15 dalībnieki. Rezultāti parāda, ka praktiska mācīšanās var ietekmēt gan zināšanas, gan ikdienas paradumus.

- **Zināšanu pieaugums:** Vairāk nekā 86% dalībnieku norādīja, ka pēc izaicinājuma labāk izprot saikni starp apģērba patēriņu, resursu izmantošanu, atkritumu rašanos un ietekmi uz vidi. Tas apliecina, ka praktiska tēma var palīdzēt jauniešiem labāk izprast ilgtspējas principus.
- **Praktiska mācīšanās mainīja rīcību:** Izaicinājuma laikā dalībnieki būtiski samazināja ātrās modes pirkumu skaitu. **7 no 15** neveica nevienu ātrās modes pirkumu, bet **12 no 15** veica ne vairāk kā vienu pirkumu. Tas rāda, ka konkrēts praktisks uzdevums var palīdzēt zināšanas pārvērst rīcībā.
- **Pieauga pārliecība par savām izvēlēm:** Pēc izaicinājuma **11 no 15** dalībniekiem jutās pārliecinātāki par savu spēju pretoties impulsīviem pirkumiem. Lielākā daļa dalībnieku arī izmēģināja vismaz vienu ilgtspējīgāku alternatīvu jauna apģērba iegādei. Tas liecina, ka pieredze balstīta mācīšanās var stiprināt jauniešu spēju pieņemt apzinātākus lēmumus.

Latvijas konteksts

Latvijas profesionālajā izglītībā **zaļās prasmes jau ir viena no nozīmīgām caurviju prasmēm**, un valsts izglītības politika paredz ilgtspējas principu integrēšanu mācību saturā un mācību vidē.

Tas dod profesionālās izglītības iestādēm iespēju ilgtspēju mācīt ne tikai teorētiski, bet arī sasaistīt ar jauniešu ikdienas lēmumiem. Apģērba patēriņš ir praktiska tēma, kurā iespējams vienlaikus aplūkot resursu izmantošanu, atkritumu mazināšanu, patērētāja atbildību un ilgtspējīgu rīcību. Latvijas 30 dienu izaicinājuma rezultāti rāda, ka šāda pieeja var palīdzēt nostiprināt gan zināšanas, gan rīcības prasmes.

Politikas ieteikumi

1. Integrēt ilgtspējīgu patēriņu esošajā zaļo prasmju mācību saturā.

Profesionālajās skolās ilgtspējīgu apģērba patēriņu var izmantot kā praktisku tēmu zaļo prasmju apguvei, aplūkojot apģērba dzīves ciklu, materiālus un marķējumu, resursu

izmantošanu, tekstilatkritumus un patērētāja lomu. Projektā izstrādātās infografikas var izmantot kā gatavu mācību resursu.

2. Pāriet no informēšanas uz pieredzē un rīcībā balstītu mācīšanos.

Mācību procesā ieteicams izmantot īsus izaicinājumus, paradumu pašnovērtējumu, praktiskus uzdevumus un refleksiju. Latvijas 30 dienu izaicinājums parādīja, ka iespēja noteiktu laiku apzināti vērot un mainīt savus paradumus palīdz jauniešiem sasaistīt teorētiskās zināšanas ar reālu rīcību.

3. Nodrošināt pedagogiem gatavus un viegli izmantojamus mācību resursus.

Profesionālās izglītības iestādēm ieteicams izmantot vienkāršus, vizuālus un praktiskus materiālus, ko iespējams integrēt dažādās mācību aktivitātēs. Projekta infografikas, 30 dienu izaicinājuma pieeja un paradumu pašnovērtējums var kalpot kā gatavs resurss turpmākai zaļo prasmju apguvei.

Kam jārīkojas?

Profesionālo skolu vadībai, mācību daļu vadītājiem, pedagogiem, mācību satura izstrādātājiem un par profesionālo izglītību atbildīgajām institūcijām.

Avoti

1. **Sustainable Advocates (2026).** 30 dienu izaicinājums "Nē otrajai modei" – Latvijas noslēguma aptaujas rezultāti. Projekta iekšējie dati, 15 respondenti.
2. **Ministru kabinets (2020).** Noteikumi Nr. 332 "Noteikumi par valsts profesionālās vidējās izglītības standartu un valsts arodizglītības standartu", aktuālā redakcija. <https://likumi.lv/ta/id/315146-noteikumi-par-valsts-profesionalas-videjas-izglitibas-standardu-un-valsts-arodizglitibas-standardu>
3. **Ministru kabinets (2021).** Izglītības attīstības pamatnostādnes 2021.–2027. gadam "Nākotnes prasmes nākotnes sabiedrībai". <https://likumi.lv/ta/id/324332-par-izglitibas-attistibas-pamatnostadnem-20212027-gadam>
4. **Centrālā statistikas pārvalde (2024).** Populārākie interneta pirkumi – apgērbs, apavi un aksesuāri. <https://stat.gov.lv/lv/statistikas-temas/informacijas-tehn/ikt-majsaimniecibas/preses-relizes/20970-iedzivotaju-interneta>
5. **European Commission (2022).** EU Strategy for Sustainable and Circular Textiles. https://environment.ec.europa.eu/strategy/textiles-strategy_en
6. **United Nations Environment Programme – UNEP (2025).** Minimizing fashion's environmental footprint. <https://www.unep.org/annualreport/2025/stories/minimizing-fashions-environmental-footprint>

Politikas ieteikuma dokuments nr.2

Impulsīva apgērba patēriņa mazināšana jauniešu vidū digitālajā vidē

Problēma

Apģērba iegāde arvien vairāk pārvietojas uz digitālo vidi, kur sociālo tīklu algoritmi, personalizēts mārketinga, agresīvas atlaizņu kampaņas un “jauno kolekciju” komunikācija veicina impulsīvus un nepārdomātus pirkumus. Jauniešu informētība par ātrās modes radīto ietekmi uz vidi ir augsta, tomēr ar zināšanām vien nepietiek. Lai veidotu ilgtspējīgus patēriņa paradumus, ir nepieciešams attīstīt praktiskas uzvedības prasmes: spēju atpazīt mārketinga impulsus, kritiski izvērtēt pirkuma nepieciešamību un apzināti atlikt vai noraidīt spontānus lēmumus tiešsaistē

Ko mēs uzzinājam?

Erasmus+ projekta *Sustainable Advocates* ietvaros īstenotā Latvijas 30 dienu izaicinājuma “Nē ātrajai modei” rezultāti apliecina, ka īstermiņa uzvedībā balstīti intervences mehānismi spēj būtiski mainīt patēriņa paradumus

1. **Reāls pirkumu samazinājums:** Izaicinājuma laikā 7 no 15 dalībniekiem neveica nevienu ātrās modes pirkumu, bet 12 no 15 veica ne vairāk kā vienu pirkumu. Šīs uzvedības izmaiņas apliecina apzinātas rīcības efektivitāti.
2. **Digitālās vides izaicinājumi un risinājumi:** Dalībnieki fiksēja, ka vislielāko spiedienu rada internetveikali, algoritmu atlaizņu paziņojumi un reklāmas sociālajos tīklos. Kā efektīvus pretestības mehānismus jaunieši izmantoja mobilo lietotņu (*Temu, Shein*) dzēšanu, paziņojumu izslēgšanu un apzinātu neuzķeršanos uz “jaunās sezonas” piedāvājumiem.
3. **Noturīga pārliecība pretoties impulsiem:** Noslēgumā 11 no 15 dalībniekiem savu spēju pretoties impulsīviem ātrās modes pirkumiem reklāmu un izpārdošanu ietekmē novērtēja ar 4 vai 5 no 5, pauzot gatavību šos paradumus saglabāt ilgtermiņā.

Latvijas konteksts

E-komercija Latvijā ir kļuvusi par dominējošo patēriņa kanālu. Centrālās statistikas pārvaldes (CSP) 2024. gada dati liecina, ka 65% iedzīvotāju vecumā no 16 līdz 74 gadiem iepirkušies internetā, un apģērbs, apavi kā arī aksesuāri (58% no tiešsaistes pircējiem) ir populārākā preču kategorija visās vecuma grupās. Eiropas Savienības Digitālo pakalpojumu akts (*Digital Services Act*) ierobežo manipulatīvus digitālā dizajna paņēmienus (*dark patterns*) un nosaka stingrāku reklāmu caurskatāmību. Tomēr tiesiskais regulējums nespēj pilnībā aizstāt paša patērētāja digitālo pratību un spēju atpazīt psiholoģiskās pārliecināšanas mehānismus tiešsaistē.

Politikas ieteikumi

1. Integrēt digitālā patēriņa pratību zaļo prasmju izglītībā:

Profesionālās izglītības iestāžu mācību saturā līdzās vispārīgajai vides mācībai ieviest tēmas par digitālā mārketinga ietekmi — atpazīt sociālo tīklu reklāmas, influenceru ietekmi, algoritmu radīto steidzamības sajūtu un personalizētos piedāvājumus.

2. Apmācīt un praktizēt konkrētas pirkuma atlikšanas tehnoloģijas:

Mācību procesā ieviest un aprobēt praktiskus rīkus: 24–48 stundu nogaidīšanas noteikumu (*wait-before-you-buy*), vēlmju sarakstu veidošanu, skapja revīziju pirms pirkuma, pirkumu dienasgrāmatas un agresīvo iepirkšanās lietotņu dzēšanu vai paziņojumu atslēgšanu.

3. Pielietot praktiskus uzvedības eksperimentus mācību vidē:

Veicināt profesionālo skolu līdzdalību īsos uzvedības izaicinājumos (piemēram, "no-buy" nedēļās vai mēnešos), nodrošinot pašnovērtējumu un refleksiju pirms un pēc aktivitātes, lai stiprinātu jauniešu apzinātību un spēju kontrolēt pirkšanas impulsus.

Kam jārikojas?

Profesionālo izglītības iestāžu vadībai, pedagogiem, kuratoriem un mācību satura izstrādātājiem (VISC) sadarbībā ar Patērētāju tiesību aizsardzības centru (PTAC), jaunatnes organizācijām un digitālās pratības ekspertiem.

Avoti

1. **Sustainable Advocates (2026).** 30 dienu izaicinājums "Nē ātrajai modei" – Latvijas noslēguma aptaujas rezultāti. Projekta iekšējie dati, 15 respondenti.
2. **Centrālā statistikas pārvalde (2024).** Populārākie interneta pirkumi – apģērbs, apavi un aksesuāri.
<https://stat.gov.lv/en/statistics-themes/information-technologies/ict-houeseholds/press-releases/20970-internet-usage?themeCode=EK>
3. **European Commission (2022).** EU Strategy for Sustainable and Circular Textiles.
https://environment.ec.europa.eu/publications/textiles-strategy_en
4. **European Commission.** The Digital Services Act.
<https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/policies/digital-services-act>
1. **Sustainable Advocates (2026).** Infographic Series: Sustainable Fashion and Responsible Clothing Consumption.

Politikas ieteikuma dokuments nr.3

No pirkšanas uz atkārtotu izmantošanu: aprites modes paradumu stiprināšana jauniešu vidū

Problēma

Ilgtspējīgs apģērba patēriņš nenožīmē tikai mazāku jaunu preču iegādi. Būtiska aprites ekonomikas daļa ir jau esošo apģērbu ilgāka izmantošana, remonts, pārveidošana, aizņemšanās, maiņa un lietotu preču iegāde.

Lai gan šīs alternatīvas var būt gan ekonomiski izdevīgas, gan videi saudzīgākas, jauniešu ikdienā tās ne vienmēr ir tikpat ērtas, pieejamas un ierastas kā jauna apģērba iegāde. Tāpēc ar informēšanu vien nepietiek — nepieciešamas arī praktiskas prasmes, pieredze un pieejama vide, kas palīdz atkārtotu izmantošanu padarīt par ikdienas izvēli.

Ko mēs uzzinājām?

Erasmus+ projekta *Sustainable Advocates* ietvaros īstenotā 30 dienu izaicinājuma “Nē ātrajai modei” rezultāti apliecina, ka jaunieši ir gatavi izmantot dažādas alternatīvas jauna apģērba iegādei, ja viņiem tiek dota iespēja tās apzināti izmēģināt praksē.

- **Aizņemšanās bija visbiežāk izmantotā alternatīva.** To izaicinājuma laikā izmantoja 11 no 15 aptaujas respondentiem.
- **Plaši tika izmantotas arī second-hand un apģērbu maiņas iespējas.** Lietotu apģērbu iegādājās 9 no 15 dalībniekiem, un tikpat daudz piedalījās apģērbu vai citu lietu maiņā.
- **Jaunieši aktīvi pagarināja jau esošo apģērbu lietošanas laiku.** 8 no 15 dalībniekiem apģērbu laboja, savukārt 6 to pārveidoja vai pielāgoja turpmākai lietošanai.

Dalībnieku pieredze parādīja arī konkrētus risinājumus — skapja revīziju, apģērba nodošanu ģimenes locekļiem, pārdošanu otrreizējā tirgū, aizņemšanos, remontu un pārveidošanu. Atsevišķos gadījumos dalībnieki viena izaicinājuma laikā atjaunoja un pielāgoja vairākus jau esošus apģērbus, tādējādi pagarinot to lietošanas laiku un izvairoties no jaunu preču iegādes.

Latvijas konteksts

Latvijā jau ir izveidots normatīvais un praktiskais pamats tekstilizstrādājumu dalītai savākšanai un atkārtotai izmantošanai. Kopš 2023. gada pašvaldībām jānodrošina tekstilizstrādājumu dalītās savākšanas sistēma, savukārt kopš 2024. gada darbojas arī tekstilizstrādājumu ražotāju paplašinātās atbildības sistēma.

Tomēr aprites ekonomikas mērķis nav tikai nodrošināt pareizu tekstila šķirošanu pēc tā lietošanas beigām. Prioritātei jābūt arī apģērba lietošanas laika pagarināšanai, remontam, atkārtotai izmantošanai un nodošanai citiem lietotājiem.

Tas nozīmē, ka jauniešiem nepieciešamas ne tikai zināšanas par tekstila šķirošanu, bet arī praktiska izpratne par visu apģērba dzīves ciklu un iespējām saglabāt to aprītē pēc iespējas ilgāk.

Politikas ieteikumi

1. Integrēt remontu, pārveidošanu un atkārtotu izmantošanu praktiskajā zaļo prasmju apguvē.

Profesionālajās skolās ieteicams organizēt skapja revīzijas, apģērbu labošanas un pārveidošanas darbnīcas, apģērbu maiņas un citus praktiskus uzdevumus. Šāda pieeja ļauj ilgtspējīgu patēriņu apgūt ne tikai teorētiski, bet arī praksē.

2. Veidot vietējus sadarbības tīklus aprites modes aktivitātēm.

Profesionālajām skolām un pašvaldībām ieteicams sadarboties ar second-hand veikaliem, tekstila apsaimniekotājiem, šūšanas un remonta pakalpojumu sniedzējiem, sociālajiem uzņēmumiem un citām vietējām iniciatīvām. Tas palīdz jauniešiem piekļūt reālām iespējām apģērbu labot, mainīt, pārdot, ziedot vai nodot atkārtotai izmantošanai.

3. Stiprināt principu “izmanto atkārtoti pirms izmet”.

Mācību procesā nepieciešams skaidri parādīt apģērba dzīves ciklu un iespējamo izvēļu secību: izmantot ilgāk, salabot, pārveidot, aizdot vai mainīt, pārdot vai ziedot un tikai pēc tam nodot tekstila šķirošanai. Tas palīdz tekstila atkritumu apsaimniekošanu sasaistīt ar plašāku aprites ekonomikas izpratni.

Kam jārīkojas?

Profesionālās izglītības iestādēm, pedagogiem un pašvaldībām sadarbībā ar tekstila apsaimniekotājiem, remonta un second-hand sektoru, sociālajiem uzņēmumiem un citām vietējām aprites ekonomikas iniciatīvām.

Avoti

4. **Sustainable Advocates (2026).** 30 dienu izaicinājums “Nē ātrajai modei” – Latvijas noslēguma aptaujas rezultāti. Projekta iekšējie dati, 15 respondenti.
5. **Ministru kabinets (2024).** Noteikumi Nr. 359 “Noteikumi par ražotāja paplašinātās atbildības sistēmas izveidi un piemērošanu tekstilizstrādājumiem”.
<https://likumi.lv/ta/id/352752>
6. **European Environment Agency (2024).** Management of used and waste textiles in Europe’s circular economy.
<https://www.eea.europa.eu/en/analysis/publications/management-of-used-and-waste-textiles-in-europes-circular-economy>
7. **European Commission (2022).** EU Strategy for Sustainable and Circular Textiles.
https://environment.ec.europa.eu/publications/textiles-strategy_en
8. **Sustainable Advocates (2026).** Infographic Series: Sustainable Fashion and Responsible Clothing Consumption.

SUSTAINABLE ADVOCATES

Encouraging Sustainable Choices
Among Young VET Learners



Sustainable Advocates



VALMIERA
DEVELOPMENT
AGENCY



WeLearn

Sustainability
 InnoCenter



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or The State Education Development Agency (hereinafter – VIAA). Neither the European Union nor the granting authority (VIAA) can be held responsible for them.

Project Number: 2025-1-LV01-KA210-VET-000355287