

**ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS  
TARYBA**

**SPRENDIMAS  
DĖL PRITARIMO ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS  
BIURO 2020 M. VEIKLOS ATASKAITAI**

2021 m. kovo d. Nr. T1-  
Šilalė

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 16 straipsnio 2 dalies 19 punktu, Šilalės rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento, patvirtinto Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2021 m. vasario 26 d. sprendimu Nr. T1-27 „Dėl Šilalės rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento patvirtinimo“, 264–266 punktais, atsižvelgdama į Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro nuostatų, patvirtintų Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2015 m. gruodžio 18 d. sprendimu Nr. T1-304 „Dėl Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2011 m. birželio 30 d. sprendimo Nr. T1-231 „Dėl Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro nuostatų patvirtinimo“ pakeitimo“, 22.8 papunktį, Šilalės rajono savivaldybės taryba **n u s p r e n d ž i a:**

1. Pritarti Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2020 m. veiklos ataskaitai (pridedama).

2. Įpareigoti Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro administraciją Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2020 metų veiklos ataskaitą paskelbti įstaigos interneto svetainėje.

3. Paskelbti informaciją apie šį sprendimą vietinėje spaudoje, o visą sprendimą – Šilalės rajono savivaldybės interneto svetainėje [www.silale.lt](http://www.silale.lt).

Šis sprendimas gali būti skundžiamas Lietuvos Respublikos administracinių bylų teisenos įstatymo nustatyta tvarka Lietuvos administracinių ginčų komisijos Klaipėdos skyriui (H. Manto g. 37, 92236 Klaipėda) arba Regionų apygardos administracinio teismo Klaipėdos rūmams (Galinio Pylimo g. 9, 91230 Klaipėda) per vieną mėnesį nuo šio sprendimo paskelbimo.

Savivaldybės meras

PRITARTA  
Šilalės rajono savivaldybės tarybos  
2021 m. kovo d. sprendimu  
Nr. T1-

## ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2020 M. VEIKLOS ATASKAITA

### I SKYRIUS IŠTAIGOS TIKSLAI IR PAGRINDINĖS VEIKLOS KRYPTYS

Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras) įsteigtas 2007 m. lapkričio 29 d. Šilalės rajono savivaldybės tarybos sprendimu Nr. T1-292. Biuras įregistruotas juridinių asmenų registre 2008 m. sausio 16 d.

Pagrindinis Biuro veiklos tikslas – rūpintis Šilalės rajono savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti savivaldybės teritorijoje Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą savivaldybių visuomenės sveikatos priežiūrą, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, gerinti gyvenimo kokybę, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas.

Pagrindinė Biuro veiklos sritis – Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą savivaldybės visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų organizavimas ir teikimas fiziniams ir juridiniams asmenims savivaldybės teritorijoje.

Vizija: pagerėjusi bendruomenės sveikata ir susiformavęs atsakingas požiūris į savo ir bendruomenės sveikatą; pagerėjęs gyventojų sveikatos raštingumas sveikos gyvensenos, psichinės sveikatos ir psichotropinių medžiagų vartojimo klausimais.

Veiklos kryptys:

1. Visuomenės sveikatos stiprinimas savivaldybės bendruomenėje;
2. Savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą);
3. Užkrečiamųjų ligų profilaktika;
4. Neinfekcinių ligų ir traumų profilaktika bei kontrolė savivaldybėje;
5. Visuomenės sveikatos programų įgyvendinimas savivaldybėje;
6. Vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimas;
7. Bendradarbiavimas su socialiniais partneriais;
8. Psichikos sveikatos paslaugų bei ankstyvosios savižudybių atpažinimo pagalbos teikimas.

Teikiamos nemokamos paslaugos:

1. Informacijos teikimas sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos temomis;
2. Konsultavimas – individualios informacijos sveikatos klausimais teikimas;
3. Specializuotos pagalbos teikimas socialinės rizikos asmenims (kompleksinė pagalba asmenims, siekiantiems atsisakyti priklausomybės nuo alkoholio; socialinės rizikos asmenų profilaktinis sveikatos patikrinimas dėl tuberkuliozės);
4. Psichologinės pagalbos teikimas;
5. Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir įvertinimas;
6. Visuomenės sveikatos mokymas.

Teikiamos mokamos paslaugos:

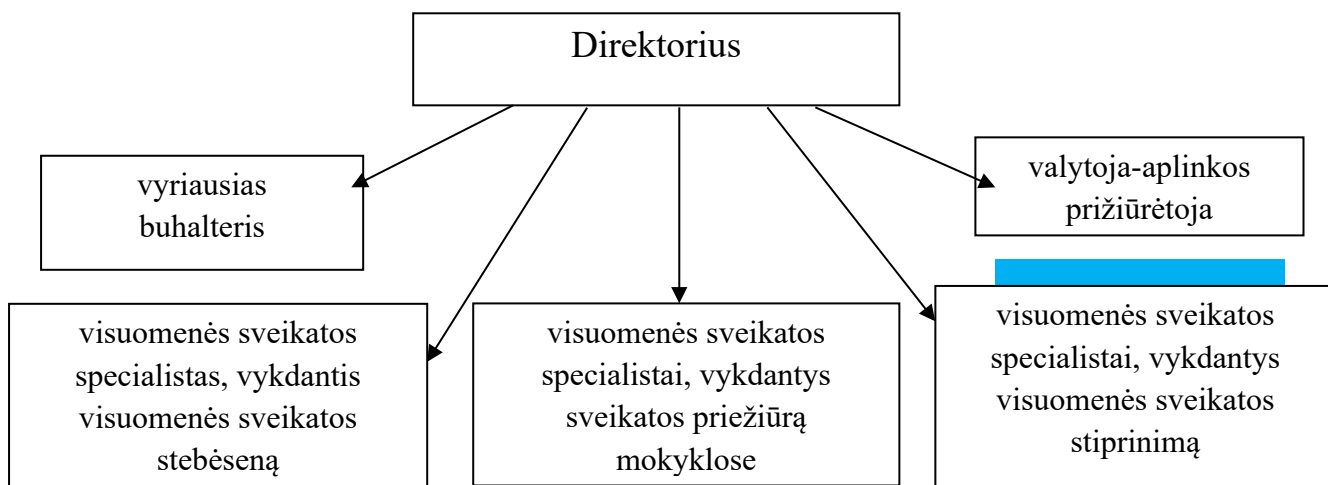
1. Privalomieji pirmos pagalbos, higienos įgūdžių mokymai bei mokymai apie alkoholio bei narkotikų žalą žmogaus sveikatai;
2. Konsultacijos – užsiėmimai „Elgesys-pokalbis-pasikeitimas“, pagal adaptuotą nusikalstamo elgesio pataisos programą.

## II SKYRIUS INFORMACIJA APIE TIKSLŲ ĮGYVENDINIMĄ

### 2.1. Personalo valdymas

Biuro struktūroje visi darbuotojai tiesiogiai pavaldūs Biuro direktoriui (žiūr. 1 pav.). 2020 m. liepos 30 d. Šilalės rajono savivaldybės tarybos sprendimu Nr. T1-197 Biure patvirtintas maksimalus 14 etatų skaičius. Biure 2020 m. patvirtinta – 13 pareigybių (etatų) (žiūr. 1 lentelė), dirbo 13 asmenų (užimta 12,5 etato). Biuro administracijoje – 7 asmenys (6,5 etato): direktorė, vyr. buhalterė, 3 visuomenės sveikatos specialistės, vykdančios visuomenės sveikatos stiprinimą, 1 visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stebėseną, valytoja – aplinkos prižiūrėtoja; 6 visuomenės sveikatos specialistės, vykdančios sveikatos priežiūrą mokyklose (6,5 etato) rajono ugdymo įstaigose vykdė 3289 mokinių, ugdomų pagal pradinio, pagrindinio, vidurinio, ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, sveikatos priežiūrą.

#### Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro struktūra



1 pav. Biuro struktūra

2020 m. Biuro adm. [redacted] staisi įgiję aukštąjį išsilavinimą (2 bakalauro, 4 magistro). Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu patvirtintais kvalifikaciniais reikalavimais, nuo 2016 m. sausio 1 dienos mokyklose visuomenės sveikatos priežiūros specialistais gali dirbti tik asmenys, įgiję visuomenės sveikatos bakalauro ar magistro išsilavinimą arba slaugytojai, felčeriai, akušeriai, turintys atitinkamos kvalifikacijos diplomą ir papildomai baigę ne trumpesnius kaip 160 valandų trukmės visuomenės sveikatos priežiūros tobulinimosi kursus, kurių programos yra suderintos su Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija, ir pateikę tai įrodančius dokumentus. Mokyklose sveikatos priežiūrą vykdė 3 specialistai, įgiję aukštąjį išsilavinimą (2 bakalauro, 1 magistro laipsnį) ir 3 specialistai, įgiję aukštesnįjį išsilavinimą (pastarieji galės dirbti tik iki 2024 m. liepos 1 d.).

Eil. Nr.	Pareigybės pavadinimas	Pareigybės lygis	Pareigybių skaičius (etatas)	Pareigybei nustatyta darbo savaitės trukmė (val.)
1	2	3	4	5
<b>Dirbantys Biuro administracijoje</b>				

1.	Direktorius	A1	1	40
2.	Vyriausiasis buhalteris	A2	0,5	20
3.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamasis visuomenės sveikatos stebėseną	A2	1	38
4.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamasis visuomenės sveikatos stiprinimą	A2	3	38
5.	Valytojas-aplinkos prižiūrėtojas	D	1	40
<b>Dirbantys mokyklose</b>				
6.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamasis sveikatos priežiūrą mokykloje	B	6,5	38

*1 lentelė. 2020 m. įstaigos darbuotojų pareigybių sąrašas*

Per 2020 m. kvalifikaciją kėlė 11 darbuotojų, kurie dalyvavo 86 kvalifikacijos kėlimo kursuose, seminaruose. Biuro darbuotojai vyko į 3 komandiruotes. Direktorė dalyvavo 9 seminaruose, mokymuose Biuro veiklos ir kvalifikacijos kėlimo klausimais.

## **2.2. Dokumentų valdymas**

Per 2020 m. Biure priimti šie vidaus tvarką reguliuojantys dokumentai: 51 įsakymas veiklos klausimais, 214 įsakymų personalo valdymo klausimais, 1 įsakymas komandiruočių klausimais, 20 įsakymų atostogų klausimais, 19 vidaus dokumentų.

Gautų dokumentų registre užregistruota 213 raštų ir 123 darbuotojų prašymai personaliniais klausimais. Buvo išsiųsti 142 informaciniai, veiklą reguliuojantys dokumentai. Sudaryta 155 darbų, paslaugų atlikimo, prekių pirkimo ir kitų sutarčių su įvairiomis įstaigomis ir organizacijomis.

Dalyvauta 3 Savivaldybės administracijos darbo grupėse, komisijose: Vaiko gerovės komisijoje, Neįgaliųjų reikalų komisijoje, Neįgaliųjų socialinės integracijos per kūno kultūrą ir sportą projektų vertinimo komisijoje. Taip pat dalyvauta 2020 m. vasario 14 d. Klaipėdos universiteto rektoriaus įsakymu Nr. 1-082 „Dėl darbo grupės sudarymo“ sudarytoje darbo grupėje, skirtoje bandomojo mokslinių ir švietėjiškų sveikatos tausojoimo ir stiprinimo veiklų modelio sukūrimui ir įdiegimui Klaipėdos regione.

Patvirtinti dokumentai veiklos klausimais: Dokumentacijos planas, Dokumentų registru sąrašas, Viešųjų pirkimų planas, Biuro veiklos planas, Darbuotojų kasmetinių atostogų suteikimo eilė, Darbo tvarkos taisyklės, Sveikatingumo ugdymo stovyklos – 2020 m. vidaus tvarkos taisyklės, Visuomenės sveikatos biuro pareigybių sąrašas, Projektų privalomų pareigybių sąrašas, Vidaus kontrolės politika, Viešųjų ir privačių interesų derinimo Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biure tvarkos aprašas, Asmens duomenų tvarkymo vykdamasis darbuotojų tarnybinio automobilio naudojimo stebėseną tvarkos aprašas, Visuomenės sveikatos biuro darbuotojų, turinčių teisę naudotis tarnybiniais mobiliais telefonais, pareigybių sąrašas ir lėšos, skiriamos tarnybinio mobiliojo ir fiksuoto ryšio sąskaitoms apmokėti, Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro, esant potencialiai užsikrėtimo koronavirusu (COVID-19) rizikai, darbo organizavimo taisyklės, Dokumentų tvarkymo, apskaitos, valdymo bei supažindinimo su jais tvarkos aprašas, Darbuotojų bendravimo elektroniniu paštu taisyklės, Nuotolinio darbo Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biure tvarkos aprašas bei kt. dokumentai.

Kas mėnesį tvirtinami visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, vykdančių mokinių sveikatos priežiūrą mokyklose, planai ir ataskaitos (įvyko 4 darbuotojų susirinkimai, pateikta 136 sveikatinimo veiklos planų ir ataskaitų).

Kasmet iki rugsėjo 30 d. su mokyklų administracija suderinami ir patvirtinami metiniai mokyklų sveikatos priežiūros veiklos planai.

Nuo 2016 m. gruodžio mėnesio mokyklų sveikatos priežiūros kabinetuose įdiegta nacionalinė Vaikų sveikatos stebėsenos informacinė sistema, skirta sistemingam vaikų sveikatos būklės stebėjimui.

### 2.3. Ataskaitų pateikimas

Parengtos ir pateiktos pagrindinės 2020 m. ataskaitos:

1. Sveikatos ugdymo ir mokymo ataskaita Nr. 41–1 SVEIKATA (pateikiama SMLPC);
2. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos specialiosios rėmimo programos ataskaita (pateikiama savivaldybės administracijai);
3. Planuojamų visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo veiklos prioritetų vertinimo kriterijų (pusmečio/metų) reikšmės (pateikiama SMLPC);
4. Ankstyvos intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviausias medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymo ataskaita (pateikiama NTAKD);
5. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita (pateikiama savivaldybės administracijai, tvirtinama savivaldybės taryboje);
6. Direktorius veiklos ataskaita (pateikiama savivaldybės tarybai);
7. Šilalės rajono savivaldybės vykdomų valstybinių visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vertinimo kriterijų įgyvendinimo (pusmečio/metų) ataskaita (pateikiama SMLPC);
8. Metų personalo ataskaita Nr. 3 (sveikata) (pateikiama Higienos institutui);
9. Viešųjų pirkimų ataskaita (pateikiama Viešųjų pirkimų tarnybai);
10. ŽIV/AIDS ir lytiškai plintančių infekcijų profilaktikos ir kontrolės 2018–2020 veiksmų plano įgyvendinimo priemonių ataskaita (pateikiama ULAC);
11. Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams veiklos ataskaita (pateikiama Higienos institutui);
12. Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo veiklos ataskaita (pateikiama Valstybiniam psichikos sveikatos centrai);
13. Psichologinės gerovės stiprinimo paslaugų teikimo ataskaita (pateikiama Valstybiniam psichikos sveikatos centrai);
14. Antimikrobiniais preparatais atsparių mikroorganizmų plitimo prevencijos 2017–2021 metų veiksmų plano priemonių įgyvendinimo ataskaita (pateikiama Higienos institutui);
15. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašo įgyvendinimo ataskaita (pateikiama SMLPC);
16. Informacinių technologijų naudojimo valstybės ir savivaldybių valdymo įstaigose statistinė ataskaita ITP-02 (pateikiama Lietuvos statistikos departamentui);
17. Projekto „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“, projekto kodas Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-71-0003 įgyvendinimo ataskaitos (teikiama Europos socialinio fondo agentūrai) bei kt. įvairioms valstybės bei savivaldybės institucijoms pateiktos ataskaitos;
18. 2018-2020 m. korupcijos prevencijos programos įgyvendinimo priemonių plano ataskaita;
19. Metinė finansinė ir biudžeto vykdymo ataskaitos, ketvirtinės finansinės ir biudžeto vykdymo ataskaitos, mėnesinės ataskaitos.

### 2.4. Projektinė veikla

Biuras dalyvavo programose (projektuose):

1. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonėse (patvirtinta Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2018 m. lapkričio 29 d. sprendimu Nr. T1-257 „Dėl Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos tvirtinimo“);
2. Neformaliojo vaikų švietimo programos projekte „Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir skatinimas“;

3. Projektas „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“, 08.4.2-ESFA-R-630-71-0003;

4. Projektas „Integruotų priklausomybės ligų gydymo paslaugų kokybės ir prieinamumo gerinimas“ pagal Nr. 08.4.2-ESFA-V-621 priemonę „Priklausomybės ligų profilaktikos, diagnostikos ir gydymo kokybės ir prieinamumo gerinimas“;

5. Pateikta paraiška „Sveikatos paslaugų gerinimas Pakruojo ir Šilalės rajonų savivaldybių ugdymo įstaigose“ pagal Nr. LT03-2-SAM-K01-013 priemonę „Ikimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetų aprūpinimas metodinėmis priemonėmis“.

## 2.5. Ryšiai su socialiniais partneriais

Visuomenės sveikatos priežiūros veikla vykdoma bendradarbiaujant su įvairiomis institucijomis, nevyriausybinėmis organizacijomis bei įtraukiant socialinius partnerius į sveikatinimo veiklą. 2020 m. Biuras, organizuodamas renginius, akcijas, kvalifikacijos tobulinimo seminarus, bendradarbiavo su Užkrečiamų ligų ir AIDS centru, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centru, Respublikiniu priklausomybės ligų centru, Higienos instituto Sveikatos informacijos centru, Savivaldybių biurų asociacija, Lietuvos sveikuolių sąjunga, Klaipėdos apygardos probacijos tarnyba, Valstybinio socialinio draudimo fondo valdybos Šilalės skyriumi, Tauragės apskrities priešgaisrinės gelbėjimo valdybos Šilalės priešgaisrine gelbėjimo tarnyba, Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnyba prie SAM Tauragės apskrities skyriumi Šilalės rajone, Šilalės suaugusiųjų mokykla, Sporto mokykla, Šilalės Vlodo Statkevičiaus muziejumi, Šilalės rajono savivaldybės kultūros centru, Šilalės švietimo pagalbos tarnyba, Šilalės rajono neįgaliųjų krašto sąjunga, Sutrikusios psichikos žmonių bendrija, rajono bendruomenėmis, seniūnijomis, Socialinės paramos skyriumi, Šilalės rajono socialinių paslaugų namais, Asociacija savipagalbos grupe „Vilties galia“, VšĮ Šilalės rajono ligoninė, UAB „Šilalės rajono šeimos gydytojo praktika“, Šilalės rajono PSPC, med. punktais, ambulatorijomis ir kt. įstaigomis. Nuolat bendradarbiaujama su mokyklų vadovais, mokinių sveikatos priežiūros ir renginių organizavimo klausimais.

## 2.6. Visuomenės sveikatos priežiūros priemonės

Biuras planuoja veiklą vadovaudamasis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos nustatytais visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų įgyvendinimo veiklos prioritetais, bei vykdo Šilalės rajono savivaldybės pavestas funkcijas. Renginių planai skelbiami viešai interneto svetainėje [www.silalesvsb.lt](http://www.silalesvsb.lt) – Administracinės informacijos skiltyje – Planuojami renginiai bei feisbuko paskyroje.

Biuro administracija ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistės, vykdančios sveikatos priežiūrą mokyklose, įgyvendino šias visuomenės sveikatos priežiūros priemones:

- organizavo 682 renginius;
- parengė 303 straipsnius, pranešimus, publikacijas periodiniuose leidiniuose ir internete, išleido ir išdalino 246 vnt. sveikatos ugdymo ir mokymo leidinių, (stendai, plakatai, atmintinės, lankstinukai ir kt.).

Renginiuose dalyvavo 13631 dalyvis:

- 1843 – ikimokyklinio amžiaus vaikai;
- 7789 – mokyklinio amžiaus vaikai;
- 240 – kaimo gyventojų;
- 348 – pedagogai;
- 94 – socialiniai darbuotojai;
- 670 – vyresnio amžiaus asmenų;
- 244 – valstybės ir savivaldybių įstaigų darbuotojai;
- 2403 – kitų profesinių ir socialinių grupių atstovai.

## 2.7. Svarbiausių darbų apžvalga

### 2.7.1. Fizinio aktyvumo skatinimas

#### **Praktiniai užsiėmimai „Trumpa mankšta – gera sveikata“**

Tikslas – išmokyti bendruomenės narius praktinių jogos, fitneso, raumenų tempimo pratimų bei taisyklingo kvėpavimo. Užsiėmimų metu bendruomenės nariams buvo rodomi praktiniai pratimai, suteikta informacija apie streso mažinimo būdus, sveiką gyvenseną, fizinio aktyvumo naudą žmogaus organizmui. Iš viso suorganizuoti 55 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 1227 rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė kineziterapeuto padėjėja Laima Pečuntauskienė ir asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Giedrė Fasci. Užsiėmimai vyko Šilalės, Obelyno, Kvėdarnos, Šiauduvos bendruomenėse.

#### **Mankšta su volu**

Tikslas – atsikratyti raumenų įtampos ir spazmų, palaikyti normalų raumenų tonusą ir elastingumą, atlikti raumenų ir audinių giluminį savimasažą. Masažinės treniruotės metu skausmingi pojūčiai kūne virsta padidėjusiu lankstumu ir atsipalaidavimu. Tai ypač naudinga atsiradus nugaros, kaklo ir kitiems skausmams. Iš viso suorganizuoti 9 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 157 dalyviai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci. Užsiėmimai vyko Šilalės ir Obelyno bendruomenėse.

#### **STEP aerobikos užsiėmimai**

Tikslas – skatinti gyventojų fizinį aktyvumą, stiprinti sveikatą. Aerobika teigiamai veikia širdies raumens darbą, stiprina kraujagysles bei kvėpavimo sistemą, suteikia ištvermės, jėgų, gerina lankstumą, koordinaciją, laikyseną, kūno formas. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci. Iš viso Biure vyko 6 užsiėmimai, dalyvavo 66 asmenys.

#### **Praktiniai linijinių šokių užsiėmimai**

Tikslas – skatinti fizinį aktyvumą su šokio ir muzikos elementais, lavinti koordinaciją, atmintį ir pusiausvyrą bei stiprinti širdies ir kraujagyslių sistemą, gerinti psichinę sveikatą. Iš viso Biure vyko 22 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 318 rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, choreografė G. Fasci.

#### **Praktiniai linijinių šokių užsiėmimai senjorams**

Tikslas – skatinti fizinį aktyvumą su šokio ir muzikos elementais, lavinti koordinaciją, atmintį ir pusiausvyrą bei stiprinti širdies ir kraujagyslių sistemą, gerinti psichinę sveikatą. Iš viso Biure vyko 20 užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 134 rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, choreografė G. Fasci.

#### **Praktiniai užsiėmimai – mankšta senjorams**

Tikslas – stiprinti pagrindines raumenų grupes, kurios stipriną nugarą ir mažina nugaros skausmus. Užsiėmimai vyko Šilalėje. Iš viso suorganizuoti 3 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 19 dalyvių. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

#### **Dalyvavimas neformaliojo vaikų švietimo programoje vykdam korekcinės mankštos užsiėmimus**

Tikslas – pagrindinių raumenų, kurie formuoja laikyseną (nugara, krūtinė, pilvas), bei jungiamojo aparato (sąnarių) stiprinimas. Iš viso įvyko 44 užsiėmimai Kaltinėnų Aleksandro Stulginskio gimnazijoje kuriuose dalyvavo 1460 mokinių. Mankštą vedė trenerė G. Fasci.

#### **XBOX žaidimų popietės vaikams**

Tikslas – skatinti vaikų fizinį aktyvumą su šokio ir muzikos elementais, lavinti koordinaciją, atmintį ir pusiausvyrą, stiprinti širdies ir kraujagyslių sistemą, bei gerinti psichinę sveikatą. Iš viso įvyko 17 užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 132 vaikai. Užsiėmimus vedė trenerė G. Fasci

#### **Nuotoliniai fizinio aktyvumo užsiėmimai (ZOOM platforma)**

Tikslas – išmokyti bendruomenės narius praktinių jogos, fitneso, raumenų tempimo pratimų bei taisyklingo kvėpavimo. Užsiėmimų metu bendruomenės nariams buvo rodomi praktiniai pratimai, suteikta informacija apie streso mažinimo būdus, sveiką gyvenseną, fizinio aktyvumo naudą žmogaus organizmui. Iš viso suorganizuota 10 užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 120 dalyvių. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

### **2.7.2. Žalingų įpročių prevencija**

#### **Šilalės rajono savivaldybės priklausomybės nuo alkoholio mažinimo programa**

Tikslas – specializuotos pagalbos teikimas socialinės rizikos asmenims, siekiantiems atsisakyti priklausomybės nuo alkoholio, bei jų šeimos nariams. Buvo vykdoma švietėjiška veikla, organizuojama psichologinė pagalba, medikamentinis gydymas bei transportas asmenų nuvežimui į gydymo įstaigą. Programoje dalyvavo 52 asmenys, iš jų: 35 vyrai, 17 moterų.

#### **Priklausomybių konsultanto paslaugų teikimas savivaldybėje**

Tikslas – specializuotos kompleksinės pagalbos teikimas, siekiantiems atsisakyti priklausomybės nuo alkoholio, tabako, psichotropinių medžiagų. Priklausomybių konsultantas suteikė 300 konsultacijų 161 asmeniui.

#### **Paskaita „Žalingi įpročiai“**

Tikslas – supažindinti su žalingų įpročių poveikiu sveikatai, įveikimo galimybėmis bei alternatyvomis. Mokoma, kaip galima atsisakyti žalingų įpročių, įveikti „draugų“ įtaką bei tinkamai pasirinkti gyvenimo būdą.

Paskaityta 17 paskaitų, kuriose dalyvavo 332 rajono mokiniai, dalis paskaitų vyko nuotoliniu būdu.

#### **Paskaita „Elektorinės cigaretės“**

Tikslas – informuoti apie elektroninių cigarečių vartojimo žalą, veikimo principus ir pavojų, cigarečių skysčių sudėtį, šalutinį poveikį sveikatai ir aplinkai.

Paskaityta 16 paskaitų, kuriose dalyvavo 282 rajono mokiniai.

### **2.7.3. Psichinės sveikatos stiprinimas, savižudybių prevencija**

#### **Seminaras „Psichologinės krizės ir savipagalba“**

Tikslas – padėti seminaro dalyviams efektyviau tvarkytis su psichologinėmis krizėmis, nes tai tiesiogiai gali pagerinti tiek darbo, tiek asmeninio gyvenimo kokybę. Seminarus vedė jungiškiosios krypties psichoanalitikė, psichologė-psichoterapeutė Andžela Rybakovienė ir psichologė – psichoterapeutė Loreta Gudienė, dalyvavo 11 Biuro specialistų.

#### **Seminaras „Asmeninių galių laboratorija: gilesnio savęs pažinimo, motyvacijos bei bendradarbiavimo stiprinimas“**

Tikslas – pažinti kolektyvo stipriąsias bei tobulintinas sritis, gerinti kolegų tarpasmeninius santykius bei skatinti bendradarbiavimą. Dviejų susitikimų seminarą vedė psichologė Asta Blandė ir Dalė Daiva Gasparavičiūtė. Seminare dalyvavo 10 Biuro specialistų.

#### **Kvalifikacijos tobulinimo seminaras „Specialistų, dirbančių su klientais, bazinių analizės įgūdžių tobulinimas“**

Tikslas – supažindinti specialistus su veido bruožų ir kūno kalbos analizės bazinėmis žiniomis, jų įtaka sėkmingai komunikacijai ir profesinei veiklai bei praktinėmis pritaikymo galimybėmis. Seminarą vedė psichologė, socialinė pedagogė Dalė Daiva Gasparavičiūtė. Šiame seminare dalyvavo 37 įvairių sričių specialistai – socialiniai darbuotojai, socialiniai pedagogai, atvejo vadybininkai, vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos darbuotojai, visuomenės sveikatos specialistai, NVO nariai ir kitų sričių specialistai.

#### **Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo veikla**

Tikslas – stiprinti Šilalės rajono savivaldybės gyventojų psichologinę gerovę ir psichikos sveikatą. Paslaugos skirtos asmenims, susiduriantiems su psichikos sveikatos rizikos veiksniais dėl



sudėtingų gyvenimiškų situacijų (skrybros, darbo netekimas, finansiniai sunkumai, artimo žmogaus netektis, konfliktiniai santykiai šeimoje ar darbe, sunki artimo žmogaus liga ir kita).

Biuras teikė nemokamas psichologo individualias ir grupines konsultacijas – mokymus, kuriuos vedė VšĮ „Psichologinio konsultavimo grupės“ psichologės Lina Cirtautienė ir Gintarė Meslinienė. Iš viso buvo suorganizuoti 4 mokymai (mokymų trukmė – 8 val.), dvejį mokymai įvyko Šilalės Simono Gaudėšiaus gimnazijoje mokyklos darbuotojams (10 dalyvių), kiti mokymai vyko Šilalės visuomenės sveikatos biure – rajono bendruomenei (13 dalyvių).

Individualios psichologo konsultacijos buvo suteiktos 325 asmenims. Jas teikė psichologė, VšĮ Telšių krizių centro direktorė Vanda Benaitienė, UAB Andoka (Medicinos klinika) psichologė Inna Viršilienė ir psichologės Andžela Rybakovienė ir Loreta Gudienė.

Veikla vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 2020 m. liepos 31d. įsakymu Nr. V-1733 „Dėl Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo tvarkos aprašo patvirtinimo“.

#### **Paskaita „Aš moteris – aš žmona – aš mama“**

Tikslas – padėti moteriai geriau pažinti save ir pajauti savo vidų, surasti harmoniją, spinduliuoti meilę, išreikšti savo savitumą. Paskaitą Šilalės gyventojams vedė lektorė – psichologė Dalė Daiva Gasparavičiūtė. Paskaitoje dalyvavo 24 dalyviai.

#### **Jogos užsiėmimai „Menas būti sveikam“**

Tikslas – išmokti kūno lavinimo – jogos pratimų, taisyklingo kvėpavimo technikos, atsipalaidavimo būdų, pozityvaus mąstymo ir meditacijos. Vyko 14 užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 188 rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė – Ramunė Džiugelienė, sertifikuota jogos mokytoja, psichologė.

#### **Paskaita „Mokykla be patyčių“**

Tikslas – padėti atpažinti bei sumažinti patyčių atvejus mokyklos bendruomenėje, aptarti dažniausiai pasitaikančias patyčių vietas, konkrečiais pavyzdžiais parodyti, kaip galima išvengti patyčių bei išsiaiškinti, kur galima kreiptis pagalbos patyrus patyčias.

Įvyko 15 paskaitų, kuriuose dalyvavo 372 mokiniai.

#### **Paskaita „Prekyba žmonėmis“**

Tikslas – supažindinti mokinius su prekybos žmonėmis grėsmėmis bei įgalinti juos išvengti rizikos, priimant saugius ir informuotus sprendimus.

Įvyko 10 paskaitų, kuriuose dalyvavo 193 dalyviai.

#### **Garso terapijos užsiėmimai**

Tikslas – stiprinti psichinę sveikatą, atstatyti psichinę ir emocinę pusiausvyrą. Ši muzikos terapija taip pat tinkama norintiems pailsėti, atsipalaiduoti, subalansuoti save ir atrasti vidinę harmoniją, sumažinti nerimą, pagerinti miegą. Vyko 2 garso terapijos užsiėmimai gyventojams, kuriuose dalyvavo 73 dalyviai.

#### **Paskaita „Saugus internetas“**

Tikslas – suteikti kuo daugiau žinių, kaip saugiai elgtis elektroninėje erdvėje. Paskaitoje pateikiama informacija apie kenksmingą programinę įrangą, nepageidaujamą elektroninį pašta, žinutes, pranešimus, sukčiavimo būdus internete ir kitas vartotojų saugumui kylančias grėsmes bei pavojus ir kaip jų išvengti. Paskaita vyko Kaltinėnų A. Stulginskio gimnazijos mokiniams, dalyvavo 20 mokinių nuotoliniu būdu.

#### **Mokymai „Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimas“**

Tikslas – stiprinti darbuotojų gebėjimus visuomenės psichikos sveikatos srityje bei įgyvendinti psichikos ir elgesio sutrikimų prevenciją bendrojo ugdymo mokykloje.

Mokymus vykdė specialistų komanda, kurią sudarė: psichologė Asta Blandė ir socialinė pedagogė Dalė Daiva Gasparavičiūtė. Mokymuose dalyvavo 3 Šilalės rajono mokyklos – Šilalės Dariaus ir Girėno progimnazija (15 dalyvių), Kvėdarnos Kazimiero Jauniaus gimnazija (22 dalyviai), Pajūrio Stanislovo Biržiškio gimnazija (25 dalyviai). Vienų mokymų trukmė – 32 val. (5 susitikimai su mokyklos bendruomene). Dalis susitikimų vyko nuotoliniu būdu.

Veikla vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. balandžio 30 d. įsakymu Nr. V-523 „Dėl Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo veiklos tvarkos aprašo patvirtinimo“.

#### **Mokymai „Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo mokymai darbuotojams“**

Tikslas – ugdyti įmonių darbdavių ir darbuotojų kompetencijas, reikalingas mažinti neigiamą psichosocialinių rizikos veiksnių poveikį darbuotojų sveikatai, gerinti psichosocialinę aplinką įmonėse ir stiprinti darbuotojų psichikos sveikatą.

Mokymuose dalyvavo 3 Šilalės rajono įstaigos – Šilalės r. savivaldybės kultūros centras (18 dalyvių), UAB „Ambulansas“ Šilalės greitosios medicinos pagalbos stotis (20 dalyvių), Socialinių paslaugų namai (12 dalyvių). Užsiėmimus vykdė komanda, kurią sudarė 2 specialistai: Europos sertifikuota psichologė klinikinėje ir sveikatos srityje Valija Šap ir profesinės sveikatos specialistė Jolanta Birbalienė. Vienų mokymų trukmė – 40 val.

Veikla vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. gegužės 17 d. įsakymu Nr. V-590 „Dėl Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tvarkos aprašo patvirtinimo“.

#### **Mokymai stiprinti psichikos sveikatą**

Tikslas – stiprinti psichinę sveikatą, pasitelkiant relaksacijos metodus.

Mokymai skirti mokiniams, vyresnio amžiaus asmenims, įgyvendinant projektą „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“. Vyko 46 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 852 dalyviai. Mokymus vedė VŠĮ Telšių krizių centro direktorė, psichologė Vanda Benaitienė, psichologė Andžela Rybakovienė ir psichologė Loreta Gudienė.

### **2.7.4. Lytinės brandos lavinimas**

#### **Paskaita „Paauglio brandos ypatumai“**

Tikslas – supažindinti paauglius su fiziologiniais ir psichologiniais brendimo pokyčiais bei mokyti praktiškai analizuoti ir spręsti iškilusias problemas.

Rajono mokyklose vyko 6 paskaitos, kuriose dalyvavo 78 mokiniai.

#### **Paskaitų ciklas „Pasirengimas šeimai ir lytiškumo ugdymas“**

Tikslas – ugdyti brandžią asmenybę, rengti šeimos gyvenimui, suteikti informaciją lytiškumo tema. Ši paskaita suteikia vaikams žinių ir padeda išsiugdyti dorovingos, brandžios, savarankiškos, kritiškai mąstančios asmenybės bruožus, kurie svarbūs žmogaus saviraiškai, brandžių tarpasmeninių santykių plėtojimui, funkcionalios šeimos kūrimui, atsakingos tėvystės ir motinystės įgūdžių įgijimui. Paskaitoje pateikiami šeimos planavimo metodai, apsisaugojimo priemonės, aborto pasekmės, lytiškai plintančios ligos bei kiti pasirengimo šeimai ir lytiškumo veiksniai. Rajono mokyklose buvo skaitoma 16 paskaitų, dalyvavo 299 mokiniai.

### **2.7.5. Sveikatos stiprinimas, sveikos gyvensenos skatinimas**

**Paskaita „Gydomoji mityba: ateik ir sužinok, koks maistas gydo, o koks – sargdina“ ir „Sveikata prasideda lėkštėje. Gyvenimo būdo ligos – netinkamų kasdieninių įpročių pasekmė“**

Tikslas – suteikti informaciją gyventojams apie mitybos įtaką įvairių lėtinių ligų atsiradimui, optimalios sveikatos palaikymą bei gyvenimo būdo įtaką sveikatai. Paskaitas skaitė Ingrida Kuprevičiūtė, gydomosios mitybos specialistė. Dalyvavo Vingininkų k. gyventojai, Obelyno pagrindinės mokyklos, Kvėdarnos darželio „Saulutė“, Šilalės lopšelio-darželio „Žiogelis“, Pajūrio Stanislovo Biržiškio gimnazijos bendruomenių nariai (130 dalyvių).

#### **Paskaita „Nugaros ir sąnarių skausmai bei jų profilaktika“**

Tikslas – suteikti informacijos apie nugaros ir sąnarių skausmų priežastis ir kaip šių skausmų išvengti arba sumažinti keliamą diskomfortą. Paskaitą Vingininkų bendruomenei vedė taisyklingo judesio mokyklos vadovė, kineziterapeutė Gintarė Pranaitienė, dalyvavo 36 bendruomenės nariai.

#### **Paskaita „Burnos higiena“**

Tikslas – suteikti informaciją apie burnos ertmės higieną. Paskaitų metu buvo gilintos žinios apie vaikų ir suaugusiųjų burnos higieną, supažindinama su burnos ertmės higienos priemonėmis bei jų priežiūra, mokoma taisyklingo dantų valymo bei suteikiama žinių apie odontologo ir burnos higienisto konsultaciją ir apžiūrą.

Paskaitos vyko visose Šilalės rajono ugdymo įstaigoje vaikams ir jų tėvams, kurias išklausė 171 dalyvis. Paskaitas skaitė burnos higienistė Indrė Tamošaitienė.

#### **Paskaita „Kaip skaityti kraujo tyrimus“**

Tikslas – suteikti dalyviams mokslu pagrįstų žinių apie kraujo tyrimų interpretavimą. Paskaitos vyko Kvėdarnos TAU dalyviams (28 asmenys), Pajūrio TAU dalyviams (18 asmenų). Paskaitą skaitė Ingrida Kuprevičiūtė, gydomosios mitybos specialistė.

#### **Vaikų sveikatingumo ugdymo stovykla „Sugrįžimas“**

Tikslas – ugdyti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius. Dieninė stovykla vyko 2020 m. birželio 29 d. – liepos 3 d., dalyviai – vaikai nuo 12–18 m. amžiaus. Stovykloje dalyvavo 45 vaikai.

Stovyklos metu buvo gvildenamos draugystės, meilės, lytiškumo, savo kūno priėmimo, pokyčių paauglystėje ir kitos tokiam amžiaus tarpsniui svarbios temos. Vaikai buvo mokomi dėmesio valdymo, kuris labai svarbus geresniam mokymuisi, asmenybės ugdymui, streso valdymo technikų. Taip pat buvo mokomasi sąmoningo valgymo, aiškinamasi kodėl jis svarbus. Vaikai per užsiėmimus, pokalbius, veiklas galėjo geriau pažinti patys save, susipažinti su kitais, tapti drąsesniais.

Stovykloje su vaikais dirbo 5 lektoriai, turintys ilgametės vaikų stovyklų organizavimo patirties: Vaidas Arvasevičius, Deividas Bubnelis, Jurga Vidugirienė, Rūta Vaitiekutė, Artiom Rybakov.

#### **Suaugusiųjų sveikatingumo stovykla „Detokso ir lieknėjimo savaitgalis“**

Tikslas – ugdyti sveikos gyvensenos įpročius. Stovykla vyko liepos 17–19 dienomis, Biuro patalpose. Stovyklą vedė Lietuvos sveikuolių sąjungos viceprezidentė Lukrecija Augustaitytė ir mitybos specialistė Kristina Bondar. Dalyvavo 23 asmenys.

Stovyklos metu dalyviai įgijo praktinių žinių apie taisyklingą mitybą bei emocinį valgymą, maisto priklausomybes, kaip atstatyti imunitetą, stiprinti sveikatą. Taip pat ugdė sveikos gyvensenos įgūdžius, gerino psichinę sveikatą. Stovyklos metu dalyviai užsiėmė savęs pažinimu, saviugda, savianalize, aktyviai mankštinosi, daug laiko leido lauke, ėjo į žygius.

#### **Renginys „Rinkis saugią vasarą“**

Tikslas – suteikti poilsiautojams, stovyklos dalyviams teorinių ir praktinių žinių, kaip saugiai elgtis prie vandens, bei suteikti pirmąją pagalbą skendimo atveju. Renginys buvo organizuojamas kartu su Lietuvos policija, dalyvavo 30 dalyvių.

#### **Paskaita – praktinis užsiėmimas „Sveikos mitybos įgūdžių formavimas ir sveiko maisto gaminimo organizavimas“**

Tikslas – supažindinti mokinius su sveikatai palankia mityba, pristatyti antsvorio, nutukimo, virškinimo problemas bei aptarti cukraus žalą jaunam organizmui. Paskaitų ir užsiėmimų ciklas su sveiko maisto ir užkandžių gamyba vyko visose mokyklose. Viso suorganizuota 12 užsiėmimų, kuriuos dalyvavo 271 mokinys. Užsiėmimus vedė gydomosios mitybos specialistė Ingrida Kuprevičiūtė.

#### **Mokymai „Sveika gyvensena“**

Tikslas – suteikti teorinių ir praktinių žinių, kaip gyventi sveikiau. Aptariama, ką vadiname sveikata, sveikos mitybos ir fizinio aktyvumo, burnos higienos temos. Mokymai vedami rajono mokiniams, įgyvendinant projektą „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“. Vyko 10 užsiėmimų, kuriuos išklausė 187 Šilalės rajono mokiniai. Mokymus vedė visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stebėseną Jurgita Valančienė.

#### **Akcija „Vaišinimas žolelių arbata“**

Tikslas – miesto šventės metu pristatyti Šilalės rajono visuomenei ir svečiams Biuro veiklą. Renginio dalyviai buvo vaišinami karšta žolelių arbata, kurią dalino Biuro specialistai, buvo informuojami apie sveiką gyvenseną, fizinį aktyvumą bei įvairias ligų profilaktikos programas.

### 2.7.6. Nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencija

#### **Mokymai „Pirma pagalba“**

Tikslas – suteikti mokiniams teorinių ir praktinių žinių apie pirmos pagalbos teikimą, pavojingas būkles, atsargumo priemones bei traumų prevenciją. Įgyvendinant projektą „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“, vyko 27 mokymai, kuriuos išklausė 402 Šilalės rajono mokiniai. Mokymus vedė visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Akvilė Petkienė ir Vilma Navardauskienė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stebėseną Jurgita Valančienė.

#### **Mokymai „Griuvimo prevencija, fizinio aktyvumo ugdymas“**

Tikslas – stiprinti kūną, pasitelkiant sveikatai palankius metodus, fizinius pratimus, siekiant vykdyti griuvimų prevenciją. Mokymai buvo vedami neįgaliesiems įgyvendinant projektą „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“. Mokymus vedė taisyklingo judesio mokyklos vadovė, kineziterapeutė Gintarė Pranaitienė, dalyvavo 20 asmenų.

### 2.7.7. Užkrečiamų ligų profilaktika ir kontrolė

#### **Testavimas „Nemokamas testavimas dėl infekuotumo hepatitais B ir C“**

Tikslas – paskatinti rajono gyventojus tirtis dėl sergamumo hepatitais B ir C.

Biuras, kartu su „Medicina practica“ laboratorija organizavo nemokamą rajono gyventojų testavimą dėl infekuotumo hepatitais B ir C. Šilalės rajono gyventojai buvo kviečiami pasitikrinti „Medicina practica“ laboratorijoje iš kraujo tyrimo šiuos infekuotumo rodiklius:

- Hepatito B viruso (HBV) HBsAg antigenas;
- Hepatito C viruso (HCV) antikūnai.

Prevencinėje akcijoje dalyvavo 77 gyventojai, iš kurių: dviem asmenims nustatytas Hepatito B viruso (HBV) HBsAg antigenas ir vienam – Hepatito C viruso (HCV) antikūnai. Šie tyrimai buvo finansuoti Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis.

#### **Tuberkuliozės profilaktikos Šilalės rajone programa**

Tikslas – sumažinti Šilalės rajono gyventojų sergamumą tuberkulioze, pagerinti tuberkuliozės profilaktiką bei ankstyvą diagnostiką. Programoje dalyvavo socialinę riziką patiriantys asmenys; socialinės rizikos ir problemiškos šeimos, įrašytos į socialinės rizikos šeimų, auginančių vaikus, apskaitą; socialiai nedrausti asmenys; sergantys arba galimai sergantys tuberkulioze, kurie vyksta gydytis į tuberkuliozės specializuotą ligoninę arba vežami priverstinei hospitalizacijai. Organizuoti 35 asmenų profilaktiniai patikrinimai dėl tuberkuliozės. Pasitikrinusiems asmenims buvo išduoti maisto ir būtiniausių asmens higienos priemonių vienkartiniai paketai.

### 2.7.8. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programa (toliau – ŠKL)

Tikslas – integruojant pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaigų bei savivaldybių visuomenės sveikatos biurų vykdomą sveikatinimo veiklą, efektyviau stiprinti rizikos grupės asmenų sveikatą, supažindinti juos su širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniais, sveikos gyvensenos principais, išmokyti keisti gyvenimą, valdyti stresą, pasirinkti sveikatai palankią mitybą bei fizinį aktyvumą. Programos metu organizuojamos šeimos gydytojo, kineziterapeuto, psichologo ir mitybos specialisto paskaitos bei individualios konsultacijos, kurios vyko Šilalės, Vingininkų kaimo bendruomenėse, Pajūrio TAU, Kvėdarnos TAU, Bijotų TAU ir Upynos TAU dalyviams. Paskaitas vedė: gydomosios mitybos specialistė Ingrida Kuprevičiūtė, gydytoja-terapeutė, gyvensenos medicinos asociacijos vadovė Eglė Ligmantė Minevičienė, gydytoja-terapeutė, gyvensenos medicinos gydytoja Asta Jokubkienė, gyvensenos medicinos specialistė Agnė Vaitkūnaitė ir visuomenės sveikatos specialistė Gabija Minevičiūtė. Paskaitų ciklą sudarė paskaitos „Širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniai, sveikatos rodiklių supratimas“, „Mitybos,

fizinio aktyvumo ir streso reikšmė Jūsų sveikatai“, „Fizinio aktyvumo ir streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų atsiradimui bei prevencijai“. ŠKL programą 2020 m. baigė 23 asmenys (pradėjo 2019 m.). Programoje dalyvavo 26 nauji asmenys.

### **2.7.9. Privalomieji mokymai**

Organizuoti Privalomieji pirmos pagalbos, higienos įgūdžių mokymai bei mokymai apie alkoholio bei narkotikų žalą žmogaus sveikatai. Pirmosios pagalbos mokymuose dalyvavo 314 asmenų, higienos įgūdžių mokymuose dalyvavo 619 asmenų, mokymuose apie alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai – 23 asmenys. Iš viso mokymuose dalyvavo 956 asmenys, kuriems išduoti sveikatos žinių atestavimo pažymėjimai.

### **2.7.10. Savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringas)**

Vykdyta demografinės situacijos, sveikatos būklės, sergamumo, mirtingumo, sveikatos priežiūros išteklių, mokinių sveikatos, socialinės ekonominės būklės, aplinkos rodiklių stebėseną. Rodikliai yra lyginami su Lietuvos rodikliais. Stebėtų rodiklių skaičius – 51, parengta 1 stebėsenos ataskaita.

Vykdyta Šilalės rajono maudyklų vandens kokybės stebėseną. 2020 m. buvo vykdomas mokinių gyvenamosios stebėsenos tyrimas.

### **2.8. Biuro veiklos viešinimas.**

Viešinant Biuro veiklą, rajono bei regioninės žiniasklaidos priemonėse publikuoti 249 Biuro specialistų parengti straipsniai, internete viešinti informaciniai pranešimai. Aktuali Biuro specialistų parengta informacija mokiniams bei tėvams talpinama mokyklų elektroniniuose dienynuose, stenduose, skelbimų lentose, viešinama savivaldybės, bendruomenių svetainėse bei feisbuko paskyroje. Remiantis Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2003 m. balandžio 18 d. nutarimo „Dėl Bendrųjų reikalavimų valstybės ir savivaldybių institucijų ir įstaigų interneto svetainėms aprašo patvirtinimo“ reikalavimais, nuolat atnaujinama informacija Biuro interneto svetainėje. Visame pasaulyje akcentuojant informacijos pasiekiamumo interneto kanalais svarbą, informacija nuolat atnaujinama ir talpinama socialinio tinklo feisbuko paskyroje <https://www.facebook.com/sveikatos.biuras> Šioje paskyroje Biuro informaciją seka 2860 asmenų.

### **2.9. Pandemijos valdymas**

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovo 2020 m. kovo 16 d. sprendimu Nr. V-380 „Dėl visuomenės sveikatos priemonių, siekiant valdyti COVID-19 ligą (koronaviruso infekciją)“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovo 2020 m. kovo 18 d. sprendimu Nr. V-438 „Dėl bendradarbiavimo su savivaldybių visuomenės sveikatos biurais“ Šilalės visuomenės sveikatos biuro specialistai:

- rinko informaciją iš Šilalės rajono seniūnijų ir teikė NVSC Šilalės skyriui apie seniūnijos gyventojų privalomosios izoliacijos režimo laikymąsi;
- stebėjo ir pranešimus teikė NVSC Šilalės skyriui, apie Šilalės rajono viešo, privataus sektoriaus ir asmens sveikatos priežiūros įstaigų veiklos vykdymą (nevykdymą);
- koordinavo Šilalės rajono savivaldybės teritorijoje veiklą vykdančių vaistinių, odontologijos klinikų, ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigų darbuotojų testavimą dėl COVID-19 greitaisiais testais;
- dirbo Panemunės pasienio kontrolės punkte (įskaitant nedarbo valandas, naktis, poilsio ir šventines dienas);
- dirbo Šilalės mobiliame tyrimų kontrolės punkte;
- teikė emocinę paramą, organizavo psichologinę pagalbą rajono gyventojams;
- organizavo intensyvių įstaigų, organizacijų bei visuomenės konsultavimą bei informavimą įvairiais su COVID-19 susijusiais klausimais (įskaitant ir laiką po darbo valandų bei savaitgaliais);
- rinko, rengė, teikė mokslu grįstą informaciją;
- padėjo NVSC suvedant grįžusių (atvykstančių) į Lietuvą keleivių anketas į sistemą;
- tyrė COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) atvejus ugdymo įstaigose ir teikė duomenis NVSC (įskaitant nedarbo valandas poilsio ir šventines dienas).

## 2.10. Vadovo indėlis į įstaigos veiklą

Būdamas Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos nariu Biuras aktyviai dalyvauja asociacijos veikloje, kartu su kitais asociacijos nariais teikia pasiūlymus dėl valstybės, savivaldybės institucijų, sveikatos priežiūros įstaigų veiklos kokybės tobulinimo, teisės aktų, reglamentuojančių visuomenės sveikatos sritį, keitimo, dalyvauja įvairių asociacijos darbo grupių veikloje, dalinasi ir keičiasi gerąja patirtimi. Biuro direktorė yra Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos Sveikatos stiprinimo grupės narė.

Atsižvelgiant į tai, kad visuomenės sveikatos priežiūros paslaugos iš dalies yra ir įvairių įstaigų, ir organizacijų veiklos dalis, tęsiamas glaudus bendradarbiavimas visuomenės sveikatos srityje su Šilalės rajono bendruomenėmis, Trečiojo amžiaus universiteto senjorais, neįgaliųjų organizacijomis, Lietuvos sveikuolių sąjunga, kitomis įstaigomis bei organizacijomis. Ieškoma naujų bendradarbiaujančių institucijų ir organizacijų.

Biuro direktorė dalyvavo Klaipėdos universiteto rektoriaus sudarytoje darbo grupėje, skirtoje Bandomojo mokslinių ir švietėjiškų sveikatos tausojimo ir stiprinimo veiklų modelio sukūrimui ir įdiegimui Klaipėdos regione, Šilalės rajono savivaldybės neįgaliųjų reikalų komisijoje, Vaiko gerovės komisijoje, Šilalės rajono savivaldybės bendruomenės sveikatos tarybos veikloje, įstaigos ir NVO konsultuotos sveikatinimo projektų rengimo ir įgyvendinimo klausimais.

Daug dėmesio yra skiriama projektinei veiklai. Biuras dalyvauja Neformaliojo vaikų švietimo programoje. Metų pabaigoje, išoriniams vertintojams atlikus programos veiklos kokybės vertinimą, veikla įvertinta labai gerai.

Biuro direktorei yra suteikta Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos akredituota visuomenės sveikatos priežiūros specialisto licencija Privalomiesiems pirmosios pagalbos ir higienos įgūdžių mokymams vesti. Šių licencijų pagrindu Biurui suteikta visuomenės sveikatos priežiūros veiklos licencija.

Daug dėmesio skiriama palankaus mikroklimato įstaigoje formavimui, darbuotojų kompetencijų didinimui ir kvalifikacijos kėlimui, įtraukimui į sprendimų priėmimą, komandiniam specialistų darbui.

## 2.11. Veiklos tobulinimo perspektyvos

Artimiausios veiklos perspektyvos bei sveikatinimo nuoseklumas priklauso nuo turimų finansinių ir žmogiškųjų išteklių, todėl finansavimo šaltinių paieška išlieka svarbus prioritetas. Vykdamas numatytas valstybės deleguotas ir savivaldybės savarankiškas funkcijas ir toliau planuojama dalyvauti Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonėse, Neformaliojo vaikų švietimo programos priemonėse, įvairiuose projektuose, finansuojamuose iš Europos Sąjungos ir valstybės biudžeto fondų, tokiu būdu pritraukiant lėšas Šilalės rajono savivaldybės gyventojų sveikatinimui.

Pagrindinės veiklos tobulinimo perspektyvos yra šios:

- stiprinti Biuro darbuotojų administracinius gebėjimus, sudarant sąlygas dirbantiems specialistams kelti kvalifikaciją;
- viešinti Biuro veiklą bei visuomenės sveikatos stiprinimo ir prevencijos priemones socialiniuose tinkluose bei spaudoje;
- tobulinti įstaigos tarpinstitucinį bendradarbiavimą, siekiant didinti kitų sektorių indėlį į visuomenės sveikatos priežiūros veiklą;
- aktyvinti suaugusiųjų sveikatos ugdyimą, tobulinti mokinių sveikatos priežiūros organizavimą.

## 2.12. Problemos, su kuriomis susiduriama Biuro veikloje

Nors valstybės deleguotų funkcijų vykdymui skiriamas finansavimas suteikia galimybę laiku planuoti bei vykdyti vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros veiklą, tačiau trūksta lėšų tinkamai

vykdyti tęstines visuomenės sveikatos stiprinimo veiklas. Ši problema iš dalies sprendžiama pritraukiant projektines lėšas.

Visuomenės sveikatos specialistas privalo turėti aukštąjį universitetinį biomedicinos mokslų srities visuomenės sveikatos krypties išsilavinimą. Tokios srities specialistų trūksta visoje Lietuvoje, o specialistai, įgiję aukštesnįjį išsilavinimą, galės dirbti tik iki 2024 m. liepos 1 d. Specialistų, vykdančių sveikatos priežiūrą Šilalės rajono mokyklose, turinčių aukštąjį universitetinį biomedicinos mokslų srities visuomenės sveikatos krypties išsilavinimą, yra tik 2.

Kadangi visuomenės sveikatos priežiūros specialistų darbo krūvis tiesiogiai priklauso nuo mokinių skaičiaus, specialistai jaučiasi nesaugūs dėl mokinių skaičiaus pokyčių, nes dėl to gali mažėti ir etatinis krūvis.

Biuro specialistai dirba dideliu intensyvumu ir darbo krūviu. Didėjant Biurui priskiriamų funkcijų, vykdomų prevencinių programų skaičiui, įgyvendinant ES bei savivaldybės projektus, vykdant viešuosius pirkimus, daugėjant dokumentacijos, tačiau esant tam pačiam darbuotojų skaičiui, labai padidėja krūvis specialistams ir kyla grėsmė sveikatai bei perdegimo grėsmė. Tryliktuosius metus veikianti įstaiga neturi administratoriaus, viešųjų pirkimų specialisto.

Išvis nėra įrengtas visuomenės sveikatos priežiūros specialisto kabinetas lopšelyje-darželyje „Žiogelis. Visuomenės sveikatos specialistas naudojami 1 kabinetu kartu su kitais įstaigos darbuotojais, kas yra draudžiama, siekiant užtikrinti konfidencialumą. Šis klausimas bus išspręstas įgyvendinus projektą pagal priemonę „Ikimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetų aprūpinimas metodinėmis priemonėmis“.

Neefektyviai funkcionuojanti vaikų sveikatos stebėsenos informacinė sistema neužtikrina mokyklinio amžiaus asmenų sveikatos būklės stebėsenos. Ne visi duomenys susieti su poliklinikų duomenų bazėmis, todėl dėl prasto sistemos funkcionavimo neįmanoma pateikti ataskaitos už 2018–2020 m.

Nepakankamas valstybės dėmesys sveikatos ugdymui mokyklose – į mokinių mokymo programą nėra įtrauktas visuomenės sveikatos mokymas, todėl sveikatos mokymas vyksta kaip popamokinė, būrelių veikla. Specialistams sudėtinga užtikrinti tinkamą šių veiklų integralumą.

Nepalanki socialinė ir ekonominė situacija, dideli skirtumai tarp atskirų socialinių grupių, nedarbas, piktnaudžiavimas alkoholiniais gėrimais, gyventojų senėjimas, neigiamai veikia į gyventojų sveikatą ir jų emocinę būklę, didina sveikatos netolygumus.

Nepakankamas visuomenės sveikatos svarbos suvokimas bendruomenėje, vykdant prevencinę veiklą.

Vieningo tarpinstitucinio bendradarbiavimo stoka, nepakankamas kitų sektorių indėlis į visuomenės sveikatos priežiūros veiklą.

Siekiant pritraukti kuo daugiau lėšų, teikiant mokamas privalomųjų mokymų paslaugas, specialistai privalo labai lanksčiai reaguoti į klientų poreikius, prisitaikant prie jiems patogaus laiko.

Pandemijos laikotarpiu veikla vykdoma individualiai, tik savarankiškai pasiruošusiems asmenims. Dėl šios priežasties smarkiai padidėja laiko sąnaudos ir sumažėja gaunamos pajamos už paslaugas.

Vykdant Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. gegužės 13 d. įsakymą Nr. V-615 „Dėl Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo“, kyla sunkumai dėl šeimos gydytojų pasyvumo arba asmeninio nusistatymo šios programos vykdymo atžvilgiu. Valstybinėse programose nėra aiškus savivaldybėms ar Biurams priskirtų vykdytinų priemonių mastas, nenumatyta atsakomybė už šių programų nevykdymą. Šios sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimas pagal Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro patvirtintą tvarką reikalauja nemažų finansinių, laiko ir žmogiškųjų išteklių, tačiau be tinkamo ASPĮ indėlio šios programos įgyvendinimas yra neįmanomas. Sprendžiant šią problemą ne kartą buvo kreiptasi į ASPĮ, informuotas Šilalės rajono savivaldybės gydytojas. Atkreiptinas dėmesys, kad dėl minėtų priežasčių ši programa vangiai įgyvendinama ir Lietuvos mastu, todėl problema nagrinėjama ir Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos lygmeniu. Pasiūlymai dėl tobulintinų teisės aktų keitimo

teikti Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijai, kurios vardu kreiptasi į Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministeriją, Vyriausybę, Nacionalinį visuomenės sveikatos centrą.

### III SKYRIUS PAGRINDINIAI FINANSINIAI RODIKLIAI

Biuro finansiniai metai sutampa su kalendoriniais metais. Šilalės rajono savivaldybės gyventojų visuomenės sveikatos priežiūros veiklai gautos ir panaudotos lėšos 2020 m.:

<b>Finansavimas</b>	<b>Panaudota lėšų, EUR</b>
<b>Savivaldybės biudžeto lėšos</b>	<b>36097,00</b>
iš jų:	
Darbo užmokesčiui	23677,00
Socialiniam draudimui (1,45 %)	420,00
Kitos paslaugos	12000,00
<b>Gautos pajamos už paslaugas</b>	<b>7466,60</b>
Iš jų:	
Transportui	707,51
Komandiruočių	364,03
Komunalinių paslaugų įsigijimo išlaidos	1948,80
Reprezentacinės išlaidos	346,26
Kitų prekių ir paslaugų išlaidos	4100,00
<b>Valstybės biudžeto lėšos</b>	<b>251829,00</b>
(valstybės deleguotos lėšos) iš jų:	
Darbo užmokesčiui	173200,00
Socialiniam draudimui (1,45 %)	2510,00
Medikamentai	800,00
Transportui	2200,00
Ryšiai	300,00
Kvalifikacijos kėlimui	1000,00
Kitų prekių ir paslaugų išlaidos	31290,00
Psichinės sveikatos gerinimo programa ir lėšos psichikos sveikatai stiprinti	40529,00
<b>Programų lėšos</b>	<b>10656,50</b>
Iš jų:	
Šilalės rajono savivaldybės neformaliojo vaikų švietimo programa (ES biudžeto lėšos)	4156,50
Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos specialiosios rėmimo programos lėšos (savivaldybės biudžeto lėšos)	6500,00
<b>IŠ VISO:</b>	<b>306049,10</b>
<b>Europos socialinio fondo agentūra:</b> projektas „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“	<b>35350,87</b>
<b>Priklausomybių:</b> projektas: „Integruotų priklausomybės ligų gydymo paslaugų kokybės ir prieinamumo gerinimas“	<b>12304,42</b>
<b>LR sveikatos apsaugos ministerija dėl COVID išlaidų</b>	<b>9264,03</b>
<b>Savivaldybė dėl COVID patirtų išlaidų kompensavimas</b>	<b>4451,00</b>
<b>Bendra lėšų suma</b>	<b>367419,42</b>

Santrumpos:

SMLPC – Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras;



NTAKD – Narkotikų, tabako, alkoholio kontrolės departamentas;  
ULAC – Užkrečiamų ligų ir AIDS centras;  
ASPI – Asmens sveikatos priežiūros įstaigos;  
TAU – Trečiojo amžiaus universitetas;  
NVO – Nevyriausybinių organizacijų.

## AIŠKINAMASIS RAŠTAS

### DĖL PRITARIMO ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2020 M. VEIKLOS ATASKAITAI

Šilalė

1. **Parengto sprendimo projekto tikslas.** Projektas parengtas, siekiant įvertinti Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro veiklą ir užtikrinti kokybišką visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų teikimą Šilalės rajono gyventojams. Tikslas – teikti Savivaldybės tarybai Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2020 m. veiklos ataskaitą dėl pritarimo jai.

2. **Kas inicijavo, kokios priežastys paskatino ir kuo vadovaujantis parengtas sprendimo projektas.** Sprendimo projektas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 16 straipsnio 2 dalies 19 punktu ir Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2015 m. gruodžio 18 d. sprendimu Nr. T1-304 „Dėl Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2011 m. birželio 30 d. sprendimo Nr. T1-231 „Dėl Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro nuostatų patvirtinimo“ pakeitimo“ patvirtintų nuostatų 22.8 papunkčiu.

3. **Galimos neigiamos pasekmės priėmus sprendimo projektą, kokių priemonių reikėtų imtis, kad tokių pasekmių būtų išvengta.** Neigiamų pasekmių nenumatoma.

4. **Laukiami rezultatai.** Bus išanalizuota įstaigos veikla, įvertinami praėjusio laikotarpio veiklos rezultatai, geriau koordinuojama įstaigos veikla. Galimai bus pateikti pasiūlymai kaip pagerinti įstaigos veiklą bei teikiamų paslaugų kokybę ir prieinamumą rajono gyventojams.

5. **Kokie šios srities aktai tebegalioja ir kokius galiojančius aktus būtina pakeisti, papildyti ar pripažinti netekusiais galios, priėmus teikiamą sprendimo projektą.** Galiojančių teisės aktų, kuriuos reikėtų keisti ar pripažinti netekusiais galios, nėra.

Savivaldybės gydytoja

2021-03-08

Dalė Briedienė

**DETALŪS METADUOMENYS**

<b>Dokumento sudarytojas (-ai)</b>	Šilalės rajono savivaldybė
<b>Dokumento pavadinimas (antraštė)</b>	Dėl pritarimo Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2020 m. veiklos ataskaitai
<b>Dokumento registracijos data ir numeris</b>	2021-03-10 Nr. T25-61
<b>Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris</b>	-
<b>Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo</b>	ADOC-V1.0
<b>Parašo paskirtis</b>	Registravimas
<b>Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos</b>	Tadas Sadauskis Tarybos sekretorius
<b>Parašo sukūrimo data ir laikas</b>	2021-03-10 15:47
<b>Parašo formatas</b>	Trumpalaikio galiojimo (XAdES-T)
<b>Laiko žymoje nurodytas laikas</b>	2021-03-10 15:48
<b>Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją</b>	EID-SK 2016
<b>Sertifikato galiojimo laikas</b>	2020-06-02 18:14 - 2025-06-01 23:59
<b>Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti</b>	-
<b>Pagrindinio dokumento priedų skaičius</b>	2
<b>Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius</b>	0
<b>Priedamo dokumento sudarytojas (-ai)</b>	-
<b>Priedamo dokumento pavadinimas (antraštė)</b>	Vadovo ataskaita 2021 (taisyta) (1).docx
<b>Priedamo dokumento registracijos data ir numeris</b>	-
<b>Priedamo dokumento sudarytojas (-ai)</b>	-
<b>Priedamo dokumento pavadinimas (antraštė)</b>	AIŠKINAMASIS RAŠTAS dėl Biuro ataskaitos.docx
<b>Priedamo dokumento registracijos data ir numeris</b>	-
<b>Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas</b>	Elpako v.20210308.1
<b>Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)</b>	
<b>Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas</b>	2021-03-12 nuorašą suformavo Geda Kačinauskienė
<b>Paieškos nuoroda</b>	-
<b>Papildomi metaduomenys</b>	-