



**ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS  
TARYBA**

**SPRENDIMAS  
DĖL ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2023  
METŲ METINIO ATASKAITŲ RINKINIO PATVIRTINIMO**

2024 m. balandžio 25 d. Nr. T1-115  
Šilalė

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 15 straipsnio 3 dalies 1 punktu, įgyvendindama Šilalės rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento, patvirtinto Šilalės rajono savivaldybės tarybos 2023 m. kovo 30 d. sprendimu Nr. T1-26 „Dėl Šilalės rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento patvirtinimo“, 167 punktą, 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. Patvirtinti Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2023 metų metinį ataskaitų rinkinį (pridedama).
2. Įpareigoti Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro administraciją Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2023 metų metinį ataskaitų rinkinį 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

Tadas Bartkus

## ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2023 METŲ METINIS ATASKAITŲ RINKINYS

### I SKYRIUS ĮSTAIGOS 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 „Dėl biudžetinės įstaigos steigimo“. 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 reglamentuojamų 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 (monitoringas);
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:

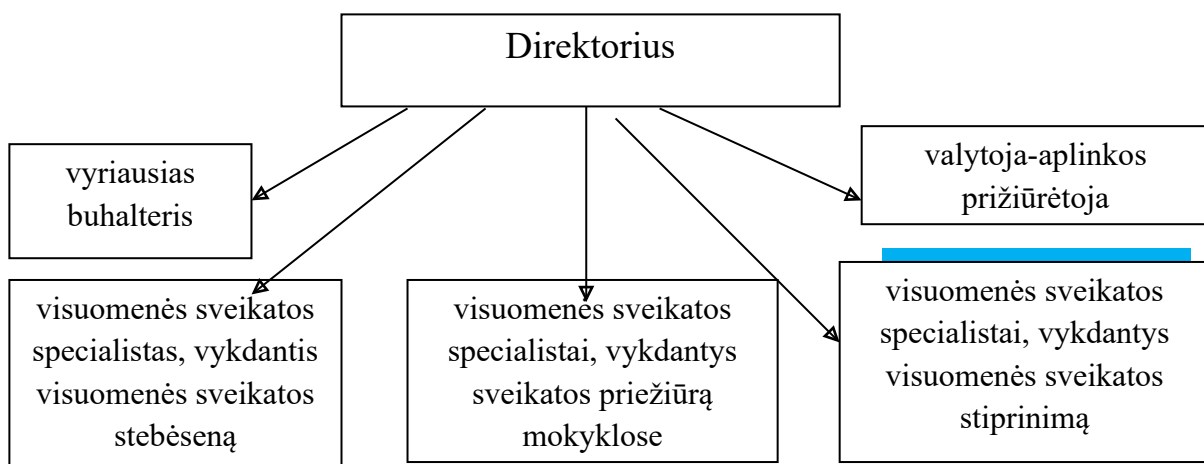
1. Privalomieji pirmos pagalbos, higienos įgūdžių mokymai bei mokymai apie alkoholio bei narkotikų žalą žmogaus sveikatai;
2. Konsultacijos – užsiėmimai „Elgesys-pokalbis-pasikeitimas“, pagal adaptuotą nusikalstamo elgesio pataisos programą.

## II SKYRIUS INFORMACIJA APIE TIKSLŲ ĮGYVENDINIMĄ

### 2.1. Personalo valdymas

Biuro struktūroje visi darbuotojai tiesiogiai pavaldūs Biuro direktoriui (žiūr. 1 pav.). 2022 m. rugsėjo 29 d. Šilalės rajono savivaldybės tarybos sprendimu Nr. T1-219 Biure patvirtintas maksimalus 14 etatų skaičius. Biure 2023 m. patvirtinta ir užimta – 12 pareigybių (etatų) (žiūr. 1 lentelė). Faktiškai dirbo 12 asmenų (visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą – iki 2023 m. liepos 14 d., visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje – iki 2023 m. rugsėjo 4 d.), iš jų: 6 visuomenės sveikatos specialistės, vykdančios sveikatos priežiūrą mokykloje, kurios vykdė 3256 mokinių, ugdomų pagal pradinio, pagrindinio, vidurinio, ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, sveikatos priežiūrą.

#### Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro struktūra



1 pav. Biuro struktūra

2023 metų antrame pusmetyje B [redacted] 4 specialistai, įgiję aukštąjį išsilavinimą (2 bakalauro, 2 magistro laipsnį). Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu patvirtintais kvalifikaciniais reikalavimus, 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 2 specialistai, įgiję aukštąjį išsilavinimą (1 bakalauro, 1 magistro laipsnį) ir 3 specialistai, įgiję aukštesnįjį išsilavinimą (pastarieji galės dirbti tik iki 2024 m. liepos 1 d.).

	Pareigybės pavadinimas	Pareigybės lygis	Patvirtintų etatų skaičius	Užimtų etatų skaičius
1.	Direktorius	A1	1,0	1,0
2.	Vyriausiasis buhalteris	A2	0,5	0,5
3.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdančis visuomenės sveikatos stebėseną	A2	1,0	1,0
4.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdančis visuomenės sveikatos stiprinimą	A2	2,0	2,0
7.	Valytojas-aplinkos prižiūrėtojas	D	0,5	0,5

6.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdančis sveikatos priežiūrą mokykloje	B	6	6
<b>Iš viso</b>			<b>11</b>	<b>10</b>

*Ilentelė. 2023 m. II pusmečio įstaigos darbuotojų  
pareigybių sąrašas*

Per 2023 m. kvalifikaciją kėlė 12 darbuotojų, kurie dalyvavo 32 kvalifikacijos kėlimo kursuose, seminaruose. Biuro darbuotojai vyko į 1 komandiruotę, dalyvavo mokymuose Šilalėje arba nuotoliniu būdu.

## 2.2. Dokumentų valdymas

Per 2023 m. Biure priimti šie vidaus tvarką reguliuojantys dokumentai: 28 įsakymai veiklos klausimais, 94 įsakymai personalo valdymo klausimais, 27 įsakymas atostogų klausimais, 30 vidaus dokumentų.

Gautų dokumentų registre užregistruoti 161 raštai ir 94 darbuotojų prašymai personaliniais klausimais. Buvo išsiųsti 140 informaciniai, veiklą reguliuojantys dokumentai. Sudaryta 39 darbų, paslaugų atlikimo, prekių pirkimo ir kitų sutarčių su įvairiomis įstaigomis, organizacijomis ir fiziniiais asmenimis.

Patvirtinti dokumentai veiklos klausimais: Dokumentacijos planas, Dokumentų registru sąrašas, Viešųjų pirkimų planas, Biuro veiklos planas, Darbuotojų kasmetinių atostogų suteikimo eilė, Darbuotojų pareigybių sąrašo patvirtinimas, Biuro etikos kodeksas, Biuro kibernetinio saugumo politikos patvirtinimas,

Kas mėnesį tvirtinami visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, vykdančių mokinių sveikatos priežiūrą mokyklose planai ir ataskaitos (įvyko 5 darbuotojų susirinkimai, pateikta 120 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 2023 m. ataskaitos:

1. Sveikatos ugdymo ir mokymo ataskaita Nr. 41–1 SVEIKATA (pateikiama Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrui);
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 Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrui);
4. Ankstyvos intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviais medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymo ataskaita (pateikiama NTAKD);
5. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita (pateikiama savivaldybės administracijai, tvirtinama savivaldybės taryboje);

6. Bazinių savižudybių prevencijos mokymų vertinimo ataskaita (pateikiama Higienos instituto Psichikos sveikatos centrai);
7. Direktorius veiklos ataskaita (pateikiama savivaldybės tarybai);
8. Šilalės rajono savivaldybės vykdomų valstybinių visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vertinimo kriterijų įgyvendinimo (pusmečio/metų) ataskaita (pateikiama Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrai);
9. Metų personalo ataskaita Nr. 3 (sveikata) (pateikiama Higienos institutui);
10. Viešųjų pirkimų ataskaita (pateikiama Viešųjų pirkimų tarnybai);
11. ŽIV/AIDS ir lytiškai plintančių infekcijų profilaktikos ir kontrolės 2021–2023 veiksmų plano įgyvendinimo priemonių ataskaita (pateikiama ULAC);
12. Darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo vykdymo ataskaita (pateikiama Higienos instituto Profesinės sveikatos centrai);
13. Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo vykdymo ataskaita (pateikiama Higienos instituto Psichikos sveikatos centrai);
14. Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo ataskaita (Higienos instituto Psichikos sveikatos centrai);
15. Antimikrobiniam preparatams atsparių mikroorganizmų plitimo prevencijos 2023 metų priemonių įgyvendinimo ataskaita (pateikiama Higienos institutui ir Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Tauragės departamentui);
16. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašo įgyvendinimo ataskaita (pateikiama Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrai);
17. Informacinių technologijų naudojimo valstybės ir savivaldybių valdymo įstaigose statistinė ataskaita ITP-02 (pateikiama Lietuvos statistikos departamentui);
18. Projekto „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“, projekto kodas Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-71-0003 ataskaita po projekto finansavimo pabaigos (teikiama Europos socialinio fondo agentūrai);
19. Projekto „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“ ataskaitos (teikiamos Respublikiniams priklausomybės ligų centrai);
20. Metinė finansinė ir biudžeto vykdymo ataskaitos, ketvirtinės finansinės ir biudžeto vykdymo ataskaitos, mėnesinės ataskaitos bei kitos - įvairioms valstybės bei savivaldybės institucijoms pateiktos ataskaitos;
21. Šilalės rajono savivaldybės sporto projekto ataskaita (pateikiama savivaldybės administracijai);
22. Šilalės rajono savivaldybės vaikų ir jaunimo vasaros poilsio programos „Sveika vasara“ ataskaita (pateikiama savivaldybės administracijai).

## 2.4. Projektinė veikla

Biuras įgyvendino programas (projektus):

1. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonės;
2. Neformaliojo vaikų švietimo programos priemonė „Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir skatinimas“;
3. Vaikų ir jaunimo vasaros poilsio programos priemonė Vaikų ir jaunimo sveikatingumo stovykla „Sveika vasara“;
4. Šilalės rajono savivaldybės sporto projekto priemonė „Šilalės rajono gyventojų fizinio aktyvumo skatinimas“;
5. Projektas „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. 2023 m. Biuras, organizuodamas renginius, akcijas, kvalifikacijos tobulinimo seminarus, bendradarbiavo su Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Tauragės departamento Šilalės skyriumi, Higienos institutu, Respublikiniu priklausomybės ligų centru, Higienos instituto Sveikatos informacijos centru, Savivaldybių biurų asociacija, Lietuvos probacijos tarnybos Klaipėdos regiono skyriumi, Valstybinio socialinio draudimo fondo valdybos Šilalės skyriumi, Užimtumo tarnybos prie SAMM Šilalės skyriumi, Tauragės apskrities priešgaisrinės gelbėjimo valdybos Šilalės priešgaisrine gelbėjimo tarnyba, VšĮ Klaipėdos jūrininkų ligoninės psichiatrijos departamentu, UAB „Medicina practica“ laboratorija, UAB „Andoka“, UAB Šilalės psichikos sveikatos ir psichologinio konsultavimo centru, Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos prie SAMM Tauragės apskrities skyriumi, Šilalės suaugusiųjų mokykla, Sporto mokykla, Šilalės rajono biblioteka, Šilalės rajono socialinių paslaugų namais, Šilalės rajono savivaldybės kultūros centru, Šilalės švietimo pagalbos tarnyba, VšĮ „Gabrielius“, Šilalės rajono neįgalųjų krašto sąjunga, Sutrikusios psichikos žmonių bendrija, rajono bendruomenėmis, seniūnijomis, Turto ir socialinės paramos skyriumi, VšĮ Šilalės rajono ligonine, 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) – Renginių kalendorius ir Administracinės informacijos skiltyje – Planuojami renginiai bei [www.facebook.lt](http://www.facebook.lt) paskyroje.

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

- organizavo 812 renginių;
- parengė 302 straipsnius, pranešimus, publikacijas periodiniuose leidiniuose ir

internete.

Renginiuose dalyvavo 21816 dalyvių:

- 1812 – ikimokyklinio amžiaus vaikai;
- 13072 – mokyklinio amžiaus vaikai;
- 30 – rizikos grupės vaikai;
- 497 – pedagogai;
- 130 – socialiniai darbuotojai;
- 370 – vyresnio amžiaus asmenų;
- 326 – valstybės ir savivaldybių įstaigų darbuotojai;
- 665 – kaimo gyventojai;
- 5 – NVO nariai;
- 16 – pacientai;
- 2403 – kitų profesinių ir socialinių grupių atstovai.

## 2.7. Svarbiausių darbų apžvalga

### 2.7.1. Fizinio aktyvumo skatinimas

**2023 metais Šilalės visuomenės sveikatos biuras įvykdė 146 fizinio aktyvumo skatinimo veiklą. Kuriuose dalyvavo 2632 įvairaus amžiaus asmenų.**

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

Tikslas – skatinti gyventojų fizinį aktyvumą, stiprinti sveikatą. Užsiėmimų metu bendruomenės nariams buvo rodomi praktiniai pratimai, suteikta informacija apie streso mažinimo būdus, sveiką gyvenseną, fizinio aktyvumo naudą žmogaus organizmui. Iš viso suorganizuota 14 užsiėmimų, Šilalės miesto gyventojams, kuriuose dalyvavo 303 rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Giedrė Fasci.

#### **Praktiniai jogos užsiėmimai**

Tikslas – skatinti gyventojų fizinį aktyvumą, mokytis taisyklingo kvėpavimo technikos, atsipalaidavimo būdų ir pozityvaus mąstymo ir meditacijos suvokimą. Iš viso suorganizuota 13 užsiėmimų Šilalės miesto ir rajono gyventojams, kuriuose dalyvavo 405 dalyviai. Užsiėmimus vedė psichologė, Midfundless ir sertifikuota jogos mokytoja Ramunė Džiugelienė.

#### **NirvanaFitness užsiėmimai**

Tikslas – skatinti gyventojų fizinį aktyvumą, stiprinti fizinę ir psichinę sveikatą. NirvanaFitness yra sistema, kuri moko tinkamai kvėpuoti atliekant funkcionalius ir tonizuojančius pilateso/jogos pratimus. Užsiėmimų metu naudojama ritmiška ir atpalaiduojanti Chillout tipo „Jauskis gerai“ muzika su Nirvana Teta bangų (thetaWave) technologija, kuri tiesiogiai veikia smegenų atpalaidavimo centrus, skatina gilią ir veiksmingą atsipalaidavimo būseną. Užsiėmimus vedė NirvanaFitness instruktorė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci. Iš viso įvyko 32 užsiėmimai, dalyvavo 416 asmenys. Užsiėmimai vyko Obelyno ir Šilalės miesto bendruomenėse.

#### **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 Šilalės miesto ir Kvėdarnos bendruomenėse įvyko 44 užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 426 rajono gyventojų. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, choreografė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą 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 26 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 269 rajono senjorai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, choreografė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

#### **Dalyvavimas neformaliojo vaikų švietimo programoje, vykdanči korekcinės mankštos užsiėmimus**

Tikslas – pagrindinių raumenų, kurie formuoja laikyseną, bei jungiamojo aparato (sąnarių) stiprinimas. Iš viso įvyko 20 užsiėmimai Kaltinėnų Aleksandro Stulginskio gimnazijoje, kuriuose dalyvavo 280 mokiniai. Mankštą vedė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

#### **Mankšta darbo vietoje**

Tikslas – skatinti fizinį aktyvumą, pagerinti gyvenimo kokybę, stiprinti raumenis. UAB „LTP Texdan“, pietų pertraukos metu buvo pravesta 9 mankštų, kuriuose dalyvavo 777 dalyviai. Bei Sodros, Valstybinio socialinio draudimo fondo valdybos Šilalės skyriaus darbuotojams, pietų pertraukos metu buvo pravesta 8 NirvanaFitness užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 36 dalyviai. Užsiėmimus vedė NirvanaFitness instruktorė, 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 atsikvoti priklausomybės nuo alkoholio, bei jų šeimos nariams. Buvo vykdoma švietėjiška veikla, organizuojama psichologinė pagalba.

#### **Paskaitos rūkymo, alkoholio ir narkotikų prevencijos temomis**

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 70 paskaitų, kuriose dalyvavo 1316 rajono mokinių.

#### **Ankstyvosios intervencijos programa**

Tikslas - motyvuoti jauną žmogų keisti savo elgesį, paskatinti suabejoti jau turimomis žiniomis, susijusiomis su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu, žala bei pasekmėmis. Programą baigė 11 asmenų.

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

Tikslas – specializuotos kompleksinės pagalbos teikimas, siekiantiems atsisakyti priklausomybės nuo alkoholio, tabako, psichotropinių medžiagų. Priklausomybių konsultantas suteikė 338 konsultacijas 131 asmenims.

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

#### **Baziniai savižudybių prevencijos mokymai**

Tikslas – mokyti bendruomenės narius atpažinti savižudybės rizikos ženklus, tinkamai į juos reaguoti ir paskatinti kreiptis psichologinės pagalbos. Mokymus vedė sveikatos psichologė Kristina Šimkienė ir visuomenės sveikatos stiprinimo specialistė Živilė Rukienė. Mokymuose dalyvavo 16 mokinių (dvyliktos klasės) ir 21 įvairių sričių specialistai dirbantys Šilalės rajono savivaldybės administracijoje. Viso mokymus išklausė 37 asmenys.

#### **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 grupines konsultacijas – mokymus (trukmė – po 6-8 val.), kuriuos vedė medicinos psichologė Dovilė Navikienė, psichologė Daiva Grikšienė ir psichologė Vanda Benaitienė.. Iš viso mokymus baigė 34 grupės, kuriose dalyvavo 691 asmuo.

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“.

#### **Akcija „Lapkričio 17 d. minima Pasaulinė neišnešiotų naujagimių diena“**

Tikslas - siekiama atkreipti dėmesį į neišnešiotų naujagimių problemą ir juos paremti.

Minint šią dieną siekiama atkreipti visuomenės dėmesį į neišnešiotų kūdikių problemą, skleidžiama palaikymo, supratimo ir vilties žinia. Šią dieną visame pasaulyje pastatai yra apšviečiami purpurine spalva, kuri simbolizuoja viltį. Viltis ir tikėjimas yra tai, ko naujagimiams ir jų tėveliams taip reikia. Biuras prisijungė prie šios akcijos, specialistai apsirengė purpuriniu akcentu, taip išreiškdami palaikymą mažyliams ir jų tėveliams. Taip pat šią dieną pažymėjo pristatymu šia opia ir jautria tema, susirinkusiems 49 dalyviams. Pranešėja visuomenės sveikatos specialistė vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą, Vilma Navardauskienė.

#### **Mokymai „Mobingas pasilikti negalime išeiti (,)?“**

Tikslas – atskleisti dažniausias bendravimo, emocinių sunkumų ir mobingo darbe priežastis bei pagalbos sau ir kitiems galimybes. Mokymuose dalyvavo 59 įvairių sričių darbuotojai. Mokymus vedė profesinės sveikatos specialistė Jolanta Birbalienė.

#### **Mokymai „Komanda = Jėga vienijanti darbuotojų sugebėjimus. Komandinis bendravimas ir bendradarbiavimas“**

Tikslas - palaikyti bendradarbiavimo, kolektyviškumo principus, mobilizuojant kolektyvo narių pajėgumus kartu siekti darbo rezultatų. Geriau pažinti save, įsisavinti pagrindinius bendravimo dėsningumus, suvokti savo elgsenos poveikį klientams ir bendravimo partneriams, didinti asmeninį efektyvumą darbinėse situacijose. Mokymus vedė psichologė Daiva Grikšienė, kuriuose dalyvavo 19 asmenų.

#### **Akcija „Pasaulinė organų donorystės diena“**

Tikslas - siekiama paskatinti žmones sutikti būti donorais ir taip išgelbėti kitų gyvybes.



Organų donorystė Lietuvoje yra savanoriška ir neatlygintina – tuo neuždarbiaujama, o savo noru siekiama suteikti kitam žmogui galimybę išgyventi. Biuras įsitraukė į pilietinę iniciatyvą, dalyvavo Mero sudarytoje darbo grupėje organizuojant renginius donorystės tema.

**Paskaita „Komanda = Jėga vienijanti darbuotojų sugebėjimus. Komandinis bendravimas ir bendradarbiavimas“**

Tikslas - palaikyti bendradarbiavimo, kolektyviškumo principus, mobilizuojant kolektyvo narių pajėgumus kartu siekti darbo rezultatų. Geriau pažinti save, įsisavinti pagrindinius bendravimo dėsningumus, suvokti savo elgsenos poveikį klientams ir bendravimo partneriams, didinti asmeninį efektyvumą darbinėse situacijose. Paskaitą skaitė psichologė Vanda Benaitienė, kurioje dalyvavo 9 asmenys.

**Garso terapijos užsiėmimai**

Tikslas – stiprinti psichinę sveikatą, atstatyti psichinę ir emocinę pusiausvyrą. Ši garso terapija taip pat tinkama norintiems pailsėti, atsipalaiduoti, subalansuoti save ir atrasti vidinę harmoniją, sumažinti nerimą, pagerinti miegą. Vyko 1 garso terapijos užsiėmimas Šilalės rajono gyventojams, kuriame dalyvavo 18 asmenų. Užsiėmimus vedė garso terapijos specialistė Aistė Juškė.

**Savaitgalinė mamų ir dukrų stovykla „Širšių lizdas“**

Stovyklos tikslas – išmokyti mamas ir dukras būti kartu, girdėti viena kitą, dalintis geromis ir blogomis patirtimis, priminti, kad jos vienos kitoms trokšta tik gero, tik jų priemonės skirtingos.

Stovykla vyko 2023 m. lapkričio 17-19 dienomis, Šilalės Simono Gaudėšiaus gimnazijoje.

Trijų dienų užsiėmimuose buvo taikomi patirtinio ugdymo metodai, kurie kruopščiai renkami pagal dalyvių amžių, koreguojami pagal atvykusiųjų poreikius bei lūkesčius. Stovykloje dirbo „Whatansu“ komanda. Dalyvavo 50 asmenų. Parengtos 5 viešinimo priemonės/informaciniai pranešimai, kurie patalpinti internetinėse svetainėse – [www.silale.lt](http://www.silale.lt), [www.silalesvsb.lt](http://www.silalesvsb.lt) ir Šilalės visuomenės sveikatos biuro Facebook paskyroje.

Veikla finansuojama Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis.

**Praktiniai savipagalbos užsiėmimai grupėse „Kūno terapija taikant įsisąmonimu grįstus dėmesingus judesius“**

Tikslas – pagerinti psichologinę – emocinę dalyvių būseną, padidinti darbingumą, sustiprinti psichologinį atsparumą bei ištvermę. Užsiėmimų metu taikoma įsisąmoninimu grįstų dėmesingų, integruotų klasikinės kūno terapijos judesių praktika (Mindfulness).

Įvyko 2 psichologinės savipagalbos užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 31 rajono gyventojas. Užsiėmimus vedė – Ramunė Džiugelienė, sertifikuota jogos mokytoja, psichologė, įsisąmoninimu grįstos psichologijos, kognityvinės ir elgesio terapijos mokytoja.

**Mokymai „Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimas“**

Tikslas – didinti mokyklų darbuotojų žinias apie vaikų ir paauglių psichikos sveikatą ir stiprinti jų gebėjimus praktiškai pritaikyti žinias ir nuostatas apie psichikos sveikatą, reikalingas spręsti sudėtingas kompleksines situacijas, kylančias dirbant su vaikais ar paaugliais

Mokymus vykdė specialistų komanda, kurią sudarė: psichologė Dovilė Navikienė ir socialinė pedagogė Reda Kairienė. Mokymuose dalyvavo Šilalės r. Kaltinėnų Aleksandro Stulginskio gimnazijos darbuotojai (26 dalyviai). Vienų mokymų trukmė – 40 val. (7 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 – didinti darbdavių ir darbuotojų žinias apie psichikos sveikatą darbe ir stiprinti jų kompetenciją psichikos sveikatos srityje, pagrindinį dėmesį skiriant darbuotojų atsparumo psichikos sveikatos rizikos veiksniams didinimui ir psichosocialinės aplinkos darbovietėse gerinimui.

Mokymuose dalyvavo Šilalės rajono savivaldybės darbuotojai (20 dalyvių). Užsiėmimus vykdė komanda, kurią sudarė 2 specialistai: psichologė Daiva Grikšienė ir profesinės sveikatos specialistė Jolanta Birbalienė. Vienu 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“.

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

#### **Paskaita „Dažniausiai pasitaikančių sveikatos problemų sprendimas mitybos pagalba“**

Tikslas – suteikti informaciją gyventojams apie mitybos įtaką įvairių lėtinių ligų atsiradimui, optimalios sveikatos palaikymą bei gyvenimo būdo įtaką sveikatai. Paskaitą skaitė Ingrida Kuprevičiūtė, gydomosios mitybos specialistė. Dalyvavo Šilalės rajono gyventojai, 31 asmuo.

#### **Paskaita „Harmonija mityboje ir sporte. Kaip daugiau ne visada yra geriau?“**

Tikslas – suteikti žinių, ką turėtume valgyti ir ko atsisakyti, norint palaikyti optimalią sveikatą.

Paskaitą skaitė Rūta Beišytė – Aminova, sveikos mitybos specialistė, trenerė. Dalyvavo 33 Šilalės rajono gyventojai.

#### **Paskaita „Gyvensenos įtaka emocinei sveikatai. Ar sergamumą depresija įtakoja maistas?“**

Tikslas – informuoti visuomenę apie gyvensenos įtaką sveikatai ir būtinuosius jos pokyčius, siekiant išvengti lėtinių neinfekcinių ligų. Paskaitas skaitė Asta Jokubkienė, vidaus ligų gydytoja, gyvensenos medicinos specialistė. Vyko 2 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 51 asmuo.

#### **Paskaita „Cukrinio diabeto bei ŠKL priežastys ir paprasti būdai šias ligas suvaldyti. Moksliniai tyrimai, patirtys, praktiniai patarimai.**

Tikslas – ugdyti sveikos mitybos bei su maistu ir mityba susijusių ligų prevencijos įgūdžius, taip paskatinant gyventojus siekti išliekamų pozityvių sveikatos pokyčių. Paskaitą vedė – Asta Jokubkienė, vidaus ligų gydytoja, gyvensenos medicinos specialistė, dalyvavo 20 asmenų.

#### **Paskaita „Sveikatos valandėlė su Mike“**

**Tikslas** - ugdyti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius.

Sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymas jauname amžiuje yra labai svarbus, nes nuo mažens turime mokyti vaikus saugoti ir tausoti savo didžiausią turtą – sveikatą, kuri įtakoja prasmingo gyvenimo visumą. Užsiėmime dalyvavo Šilalės socialinių paslaugų namų dienos centro lankytojai, 24 asmenys. Paskaitą vedė visuomenės sveikatos specialistė vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą, Vilma Navardauskienė.

#### **Renginys vaikų gynimo dienai „Alisa stebuklų šalyje“**

Tikslas - priminti visuomenei apie būtinybę saugoti ir gerbti vaikų teises.

Biuras, kaip partneris įsitraukė į Šilalės kultūros centro organizuojamas veiklas Šilalės rajono vaikams. Pristatė Biuro veiklą, vykdė įvairias edukacijas, vaišino žolelių arbata, mokė pirmos pagalbos teikimo principų. Viso veiklose dalyvavo apie 100 asmenų.

#### **Sveikatai palankesnių maisto produktų, pažymėtu „Rakto skylutės“ simboliu skatinimas**

Tikslas – skatinti gyventojus rinkti palankesnius sveikatai maisto produktus, pažymėtus „Rakto skylutės“ simboliu. 2023 metais buvo įtraukta į sveikatai palankių produktų sąrašą gamintojo J. Račkausko „Žalioji ūkis“ ir jo gaminiai „Bemielė naminė duona“ ir „Pilno grūdo miltai“, kurie yra oficialiai įregistruoti ir paskelbti oficialioje Higienos instituto interneto svetainėje.

#### **Dalyvavimas neformaliojo vaikų švietimo projekte, vykdamas sveikos gyvensenos užsiėmimus**

Tikslas – ugdyti mokinių visuminę sveikatos sampratą, sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius bei nuostatas, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, skatinant rinktis sveiką gyvenimo būdą. Iš viso vyko 108 užsiėmimai Šilalės r. Kaltinėnų Aleksandro Stulginskio gimnazijoje ir 20 užsiėmimų Šilalės Dariaus ir Girėno progimnazijos Upynos skyriuje. Dalyvavo 2560 mokinių.

Užsiėmimus vedė visuomenės sveikatos specialistės Vilma Navardauskienė, Akvilė Petkienė, Jurgita Valančienė.

#### **Vaikų sveikatingumo ugdymo stovykla „Sveika vasara“**

Tikslas – ugdyti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius. Stovykla vyko 2023 m. birželio 19 – 23 dienomis. Stovykla skirta 7-18 m. amžiaus vaikams ir jaunimui. Stovykloje dalyvavo 32 jaunuoliai iš Šilalės rajono.

Stovyklos metu buvo gvildenamos draugystės, supratingumo, meilės, kūrybiškumo, pokyčių paauglystėje ir kitos tokiam amžiaus tarpsniui svarbios temos. Dalyviai buvo mokomi dėmesio valdymo, kuris labai svarbus geresniam mokymuisi ir asmenybės ugdymui, streso valdymo technikų, veikė kūrybinės dirbtuvės. Vaikai per užsiėmimus, sportinę veiklą, paskaitas, filmų peržiūras, terapiją, pokalbius ir kitas veiklas galėjo geriau pažinti save ir kitus, tapti drąsesniais. Stovykloje su vaikais dirbo Biuro darbuotojai, taip pat įtraukti kviestiniai lektorai: Indrė Lukoševičienė – kūrybinių meno dirbtuvių organizatorė, Gabrielė Toliušienė – zumbos užsiėmimai, Valdas Miliauskas – priklausomybių prevencijos užsiėmimas, Pagramančio regioninio parko gidai.

#### **Dalyvavimas Šilalės miesto šventėje, Žemdirbių šventėje, Krokų svogūnėlių sodinimo talkoje**

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

#### **Dalyvavimas akcijose**

Kalėdinė akcija „Papuošk savo miestą“ Eglutės puošimas miesto alėjoje pasakų motyvais.

Akcija „Angelų sparnai“ - artėjant Šv. Kalėdoms pirmoji ponija Diana Nausėdienė pradėjo tradicinę, jau trečius metus iš eilės rengiamą kalėdinių žaisliukų kūrimo akciją „Angelo sparnai“.

#### **2.7.6. Nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencija**

##### **Paskaitos „Pirma pagalba“**

Tikslas – suteikti mokiniams teorinių ir praktinių žinių apie pirmos pagalbos teikimą, pavojingas būkles, atsargumo priemones bei traumų prevenciją. Vyko 4 užsiėmimai, kuriuos išklaušė 180 Šilalės rajono mokinių. Mokymus vedė visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Akvilė Petkienė ir Vilma Navardauskienė.

##### **Mokymai „Pirmos pagalbos teikimo ypatumai“**

Tikslas – teoriškai ir praktiškai susipažinti su pradinio gaivinimo ypatumais, kraujavimo stabdymu, pirmosios pagalbos teikimo ypatumais masinių nelaimių atveju. Mokymus vedė visuomenės sveikatos specialistė vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą, Vilma Navardauskienė. Dalyviai – atviro jaunimo centro lankytojai, stovyklos dalyviai – 8 asmenys.

##### **Mokymai „Pirmos pagalbos mokymai. Kaip naudotis defibriliatoriumi?“**

Tikslas – šviesti visuomenę apie defibriliatoriaus panaudojimo svarbą.

Į mokymus susirinko įvairių įstaigų darbuotojai, kurie atsakingi už sveikatos saugą ir užtikrinimą, mokyklų administracijų darbuotojai, Biuro specialistai. Mokymus vedė UAB „Interlux“ atstovai. Viso dalyvių – 21 asmuo.

##### **Akcija „Būk saugus, atsargus ir sveikas“**

Tikslas – priminti kiekvieno asmens atsakomybę dalyvaujant eisme.

Akcija skirta atkreipti įvairių eismo dalyvių dėmesį į saugaus eismo svarbą, skatinti visus eismo dalyvius keliuose ir gatvėse elgtis atsakingai, dėvėti ryškiaspalves liemenes, naudoti atšvaitus, segėti saugos diržus, būti atidiems ir gerbti vieniems kitus kelyje. Biuro specialistai pademonstravo kaip teikti pirmąją pagalbą nelaimingų atsitikimų metu. Akcijoje dalyvavo apie 100 Šilalės rajono gyventojų.

#### **2.7.7. Užkrečiamų ligų profilaktika ir kontrolė**

##### **Paskaita „Natūralių antibiotikų (augalų) vartojimas infekcinių ligų profilaktikoje“**

Tikslas – skatinti tinkamą antibiotikų vartojimą ir informuoti visuomenę apie didėjančio mikrobo atsparumo antibiotikams grėsmę. Lektorius - žolininkas, fitoterapeutas Virgilijus Skirkevičius. Vyko 1 paskaita, kurioje dalyvavo 24 asmenys.

##### **Seminaras „Antimikrobinis valdymas“**

Tikslas - informuoti sveikatos priežiūros specialistus ir visuomenę apie antibiotikus, antibiotikams atsparių bakterijų keliamą grėsmę visuomenės sveikatai bei plėtoti teisingą antibiotikų vartojimą.

Antimikrobinis atsparumas – visuomenės sveikatos problema, kurios pagrindinė priežastis – dažnas ir neracionalus antibiotikų vartojimas. Higienos institutas kartu su Visuomenės sveikatos biurų specialistais, vaistinių atstovais, mikrobiologais ir kitais specialistais kiekvienais metais organizuoja ir vykdo šiai dienai skirtas švietėjiškas veiklas, organizuoja renginius sveikatos priežiūros specialistams racionalaus antibiotikų vartojimo, bakterijų atsparumo antibiotikams temomis, diskutuoja apie virusų ir bakterijų sukeltų infekcijų gydymo ypatumus. Seminaras vyko bendradarbiaujant su NVSC, pranešimus skaitė Nacionalinis visuomenės sveikatos centras prie Sveikatos apsaugos ministerijos, Tauragės departamento Šilalės skyriaus specialistai Elvyra Daubarienė, Monika Brazauskaitė ir žolininkas, fitoterapeutas Virgilijus Skirkevičius. Seminaras vyko pajūrio Stanislovo Biržiškio gimnazijoje, dalyvavo 30 asmenų.

#### **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 2 asmenų profilaktiniai patikrinimai dėl tuberkuliozės. Pasitikrinusiems asmenims buvo išduoti kuponai apsipirkti maisto ir būtiniausių asmens higienos priemonių. Apmokėta už 3 asmenų išvežimą į Klaipėdos respublikinės ligoninės Tuberkuliozės priėmimo skyrių.

#### **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 Biuro 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, fizinio aktyvumo specialisto, psichologo ir mitybos specialisto paskaitos bei individualios konsultacijos, kurios vyko Šilalės krašto neįgalių sąjungos lankytojams. Paskaitas vedė: gyvensenos medicinos gydytoja Asta Jokubkienė, psichologė Dovilė Navikienė, šri šri ir jogos mokytoja, psichologė Ramunė Džiugelienė, mitybos specialistė Rūta Beišytė-Aminova. Paskaitų ciklą sudarė paskaitos: „Prevencinė mityba ir gyvenimo būdas“, „Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto profilaktikai“, „Cukrinio diabeto bei širdies kraujagyslių ligų priežastys ir paprasti būdai šiais ligas suvaldyti. Moksliniai tyrimai, patirtys, praktiniai patarimai“, „Kognityvinių funkcijų stiprinimas. Atminties ir dėmesio lavinimo technikos. Demencijos ir Alzheimerio ligos prevencija“ Imuninės sistemos stiprinimas ir ŠKL profilaktika“. 2023 m. ŠKL programą baigė 16 asmenų.

#### **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 431 asmuo, higienos įgūdžių mokymuose – 263 asmenys, mokymuose apie alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai – 21 asmuo. Iš viso mokymuose dalyvavo 715 asmenų, kuriems išduoti sveikatos žinių atestavimo pažymėjimai.

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

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.

### **2.7.11. Šilalės rajono maudyklų vandens kokybės stebėseną**

2023 m. gegužės–rugsėjo mėnesiais buvo stebimos 3 Šilalės rajono maudyklos: Paršežerio ir Dievyčio ežerų bei Šilalės miesto Ašučio tvenkinio maudyklų mikrobiologiniai vandens tyrimai atliekami kas 2 savaites. Kiekvieną kartą buvo imama po du mėginius. Vienas mikrobiologinis tyrimas – dėl žarninių enterokokų kolonijas sudarančių vienetų skaičiaus nustatymo, kitas – dėl žarninių lazdelių kolonijas sudarančių vienetų skaičiaus nustatymo. Tyrimų buvo metu buvo nustatytas padidėjęs chlorofilo „a“ kiekis Šilalės rajone esančio Dievyčio ežero maudykloje, vadovaujantis Lietuvos higienos normą HN 92:2018 „Paplūdimiai ir jų maudyklų vandens kokybė“, buvo paimti ežero vandens mėginiai dėl melsvadumblių taršos. Atlikus tyrimus nustatytas melsvadumblių kiekis Dievyčio ežero maudykloje viršijo minėtoje higienos normoje reglamentuotas specifikuotų rodiklių vertes, todėl šiame ežere maudytis buvo draudžiama iki pakartotinio mėginių paėmimo, tol, kol išnyks grėsmė sveikatai.

Viso maudyklos buvo tirtos 8 kartus, ir du papildomus kartus tirta dėl padidėjusio chlorofilų kiekio vandenyje, Dievyčio maudykloje. Atlikta 50 mikrobiologinių tyrimų ir stebėti 24 fiziniai ir cheminiai rodikliai. Maudyklų mėginiai atitiko HN 92:2018 „Paplūdimiai ir jų maudyklų vandens kokybė“ reikalavimus. Informacija apie maudyklų tyrimų rezultatus 10 kartų buvo patalpinta internetiniame puslapyje [www.silalesvsb.lt](http://www.silalesvsb.lt), socialiniame tinkle [www.facebook.com](https://www.facebook.com) bei Šilalės rajono spaudoje. Veikla finansuojama Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis.

### **2.7.13 Šilalės rajono mokinių profilaktinių sveikatos patikrinimų 2022/2023 m. duomenų analizė**

Kasmetinis profilaktinis sveikatos patikrinimas, kurio metu įvertinama bendra sveikatos būklė, privalomas visiems vaikams iki 18 metų, taip pat pilnamečiams mokiniams, ugdomiems pagal bendrojo ugdymo programas. Mokinių sveikatos būklės duomenys naudojami mokinių sveikatos duomenų rinkimui, kaupimui, analizei ir vertinimui. Atsižvelgiant į mokinių sveikatos problemas yra kryptingai planuojama ir įgyvendinama sveikatos priežiūra bendrojo lavinimo mokyklose, organizuojamos tikslios sveikatos stiprinimo priemonės, susijusios su ligų ir traumų profilaktika. Duomenys apie vaikų sveikatos būklę gaunami iš statistinės apskaitos formos Nr. E027-1 „Mokinio sveikatos pažymėjimas“. Elektroniniu būdu užpildyti ir pasirašyti Pažymėjimai perduodami į Higienos instituto Vaikų sveikatos stebėsenos informacinę sistemą (VSS IS). Pagal pateiktus duomenis parengta ir pristatyta Šilalės rajono mokinių profilaktinių sveikatos patikrinimų 2022/2023 mokslo duomenų analizė.

## **2.8. Biuro veiklos viešinimas**

Viešinant Biuro veiklą bei teikiant kitą aktualią informaciją, rajono bei regioninės žiniasklaidos priemonėse publikuoti 299 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 *Facebook* paskyroje. Vadovaujantis 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 *Facebook* paskyroje <https://www.facebook.com/sveikatos.biuras>. Šioje paskyroje Biuro informaciją seka 3300 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:

- teikė konsultacijas švietimo įstaigų vadovams, organizavo, koordinavo ir vykdė mokinių savikontrolę (savitesticiją) greitaisiais SARS-CoV-2 antigeno testais;
- teikė informaciją apie Covid-19 infekcijos prevenciją, socialiniuose tinkluose ir [www.silalesvsb.lt](http://www.silalesvsb.lt) puslapyje;
- dalino LR SAM finansuotus greituosius SARS-CoV-2 antigeno testus įstaigų darbuotojams, mokyklų bendruomenėms, gyventojams.
- organizavo įstaigų, organizacijų ir visuomenės konsultavimą bei informavimą įvairiais su COVID-19 susijusiais klausimais;
- rinko, rengė, teikė mokslu grįstą informaciją.

## 2.11. Veiklos tobulinimo perspektyvos

Veiklos perspektyvos priklauso nuo valstybinės politikos visuomenės sveikatos priežiūros srityje, gyventojų sveikatos rodiklių ir turimų finansinių bei žmogiškųjų išteklių.

Pagrindinės veiklos tobulinimo perspektyvos yra šios:

- siekti valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo pagal 2024 m. veiklos prioritetus ir nustatytas vertinimo kriterijų reikšmes;
- vykdant numatytas valstybės deleguotas ir savivaldybės savarankiškas funkcijas, dalyvauti Šilalės rajono savivaldybės projektų konkursuose dėl visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos, neformaliojo vaikų švietimo programos, sporto rėmimo programos, vaikų ir jaunimo vasaros poilsio programos priemonių įgyvendinimo. Taip pat esant galimybei dalyvauti projektuose, finansuojamuose iš ES ir valstybės biudžeto fondų;
  - plėtoti įstaigos tarpinstitucinį bendradarbiavimą, siekiant didinti kitų sektorių indėlį į visuomenės sveikatos priežiūrą, vykdant bendras sveikatinimo programas ir priemones;
  - viešinti Biuro veiklą bei visuomenės sveikatos stiprinimo ir prevencijos priemones socialiniuose tinkluose ir spaudoje, ieškoti naujų ryšių su visuomene formų ir būdų;
  - stiprinti Biuro darbuotojų administracinius gebėjimus, sudarant sąlygas dirbantiems specialistams kelti kvalifikaciją ir tobulinti kompetencijas;
  - stiprinti Biuro vidaus kontrolę, skirti didelį dėmesį žmogiškųjų išteklių formavimui ir pritraukimui.

## 2.12. Problemos, su kuriomis susiduriama Biuro veikloje

Valstybės deleguotos lėšos yra skiriamos tik visuomenės sveikatos priežiūros specialistų darbo užmokesčiui ir įstaigos veiklai. Darbo užmokesčio fonde nėra numatytų lėšų nei įstaigos direktoriaus, nei vyr. buhalterio, nei valytojo – aplinkos prižiūrėtojo darbo užmokesčiui, todėl jiems darbo užmokestis skaičiuojamas iš lėšų, skirtų visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti (kai kuriuose savivaldybėse darbo užmokestis Biuro vadovui, buhalteriu ir valytojui pilnai mokamas iš savivaldybės biudžeto lėšų).

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.

Biuro specialistai dirba dideliu intensyvumu ir darbo krūviu. Kasmet daugėjant Biurui priskiriamų funkcijų, itin didėja darbų apimtys. Įgyvendinant ES bei savivaldybės projektus didėja viešųjų pirkimų apimtys, dokumentų srautai. Pagal įstaigos veiklos pobūdį bei apimtis, neišvengiamai būtinas etatas ir skiriamos lėšos specialisto įdarbinimui viešųjų pirkimų, komunikacijos bei administratoriaus funkcijoms vykdyti. Esant tam pačiam darbuotojų skaičiui, labai padidėja krūvis specialistams ir kyla grėsmė jų fizinei, psichinei sveikatai, yra reali profesinio perdegimo grėsmė.

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. Todėl ateityje specialistų paieška bus vienas iš didžiausių prioritetų ir iššūkių.

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, vieningo tarpinstitucinio bendradarbiavimo stoka, nepakankamas kitų sektorių indėlis į visuomenės sveikatos priežiūros veiklą, apsunkina visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymą.

### III SKYRIUS PAGRINDINIAI FINANSINIAI RODIKLIAI

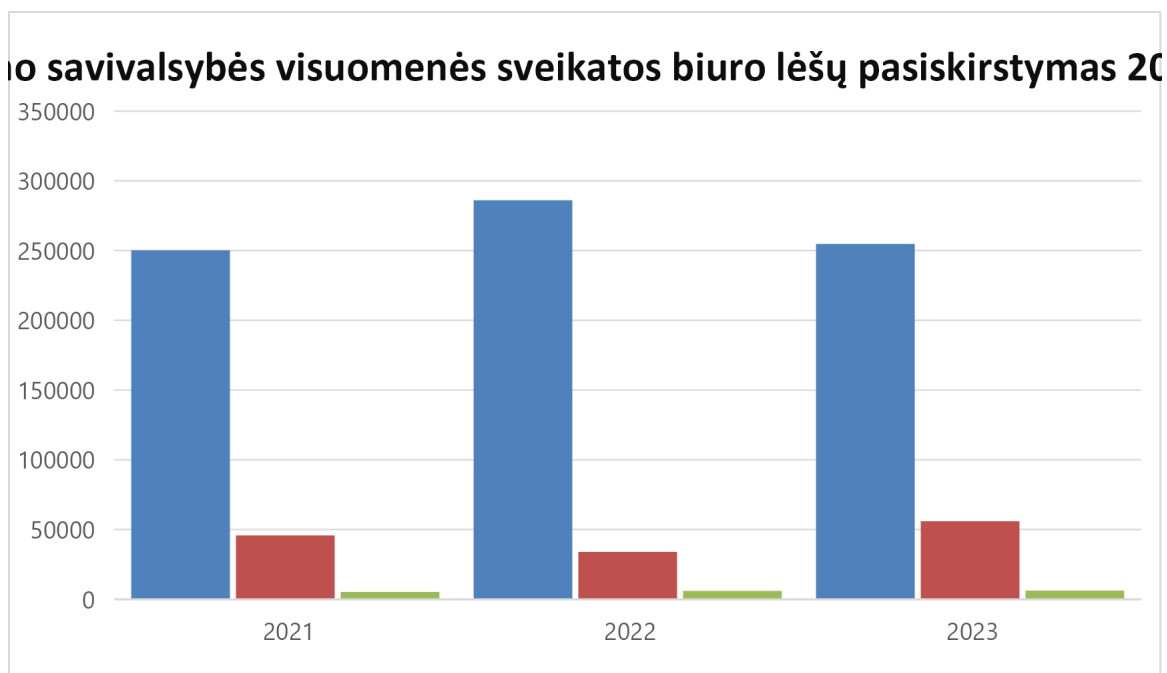
Biuro finansiniai metai sutampa su kalendoriniais metais. Pagrindiniai finansavimo šaltiniai: valstybės biudžeto dotacija valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos funkcijų vykdymui ir savivaldybės biudžeto lėšos. Įstaiga visas privalomas biudžeto vykdymo ir finansines ataskaitas, darbo užmokesčio paskirstymą ketvirčiais skelbia įstaigos internetiniame puslapyje [www.silalesvsb.lt](http://www.silalesvsb.lt).

Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro gautos ir panaudotos lėšos 2023 m.:

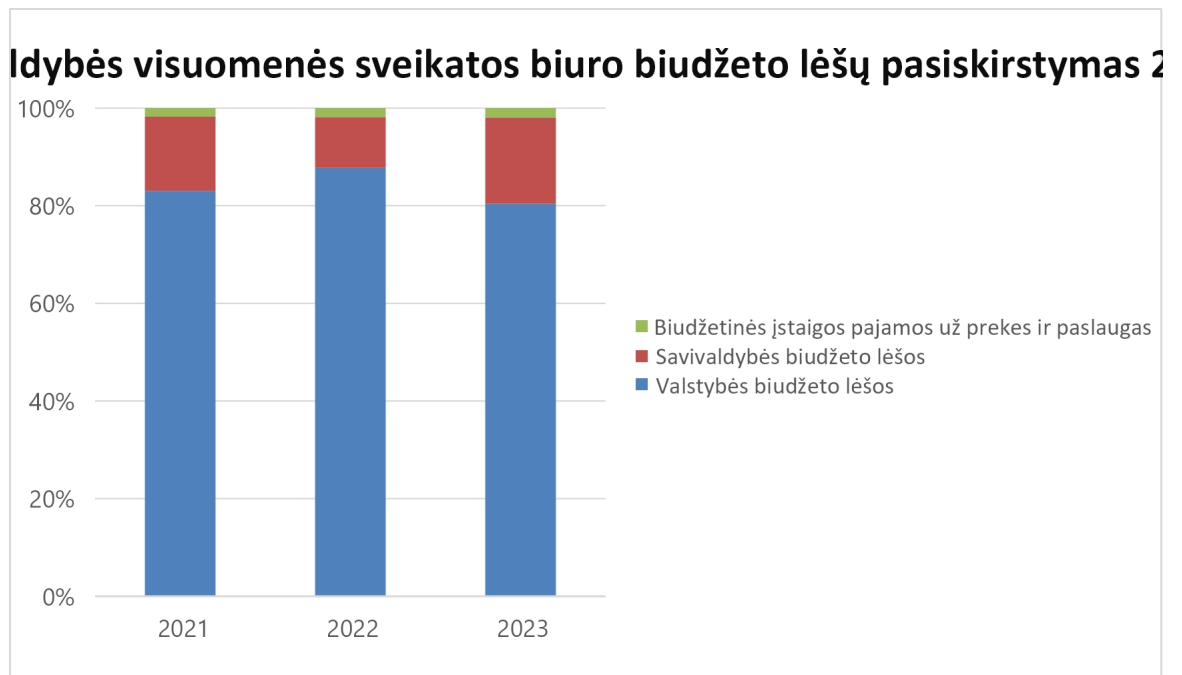
<b>Finansavimas</b>	<b>Panaudota lėšų, EUR</b>
<b>Savivaldybės biudžeto lėšos</b>	<b>55942</b>
iš jų:	
Darbo užmokesčiui	51300
Socialiniam draudimui (1,45 %)	642
Kitos paslaugos	4000
Kito ilgalaikio materialiojo turto įsigijimo išlaidos	0
<b>Gautos pajamos už paslaugas</b>	<b>6186</b>
Iš jų:	
Ryšiai	596
Kvalifikacijos kėlimas	433
Komandiruotės	200
Komunalinių paslaugų įsigijimo išlaidos	2260
Reprezentacinės išlaidos	488
Kitų prekių ir paslaugų išlaidos	2209
<b>Valstybės biudžeto lėšos</b>	<b>254700</b>
(valstybės deleguotos lėšos) iš jų:	
Darbo užmokesčiui	214500
Socialiniam draudimui (1,45 %)	3140

Medikamentai	500
Transportui	1460
Ryšiai	500
Kvalifikacijos kėlimui	500
Komunalinių paslaugų įsigijimo išlaidos	1000
Kitų prekių ir paslaugų išlaidos	5600
Psichinės sveikatos gerinimo programa ir lėšos psichikos sveikatai stiprinti	27500
<b>Programų lėšos</b>	<b>39044,94</b>
Iš jų:	
Šilalės rajono savivaldybės neformaliojo vaikų švietimo programa (ES ir valstybės biudžeto lėšos)	7980
Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos specialiosios rėmimo programos lėšos (savivaldybės biudžeto lėšos)	15500
<b>Projektas „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“</b>	<b>0</b>
Tradicinių, tarptautinių ir kitų sporto priemonių vykdymas bei sporto klubų dalinis rėmimas( savivaldybės biudžetas)	<b>4000</b>
<b>Projektas „Sveikatos paslaugų gerinimas Pakruojo ir Šilalės rajonų savivaldybių ugdymo įstaigose“</b>	<b>10564,94</b>
ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VAIKŲ IR JAUNIMO VASAROS POILSIO ORGANIZAVIMAS (SAVIVALDYBĖS LĖŠOS)	<b>1000</b>
<b>Bendra lėšų suma</b>	<b>355873</b>

Biurui skirtų lėšų palyginimas 2021-2023 m.







**Santrumpos:**

NTAKD – Narkotikų, tabako, alkoholio kontrolės departamentas;

NVO – Nevyriausybinės organizacijos;

SADM – Socialinės apsaugos ir darbo ministerija.

ES – Europos Sąjunga

---

**DETALŪS METADUOMENYS**

<b>Dokumento sudarytojas (-ai)</b>	Šilalės rajono savivaldybė
<b>Dokumento pavadinimas (antraštė)</b>	Dėl Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2023 metų metinio ataskaitų rinkinio patvirtinimo
<b>Dokumento registracijos data ir numeris</b>	2024-04-25 Nr. T1-115
<b>Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris</b>	-
<b>Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo</b>	ADOC-V1.0
<b>Parašo paskirtis</b>	Pasirašymas
<b>Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos</b>	Tadas Bartkus Meras
<b>Parašo sukūrimo data ir laikas</b>	2024-04-29 11:37
<b>Parašo formatas</b>	Einamojo galiojimo (XAdES-EPES)
<b>Laiko žymoje nurodytas laikas</b>	
<b>Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją</b>	EID-SK 2016
<b>Sertifikato galiojimo laikas</b>	2022-11-18 15:23 - 2027-11-17 23:59
<b>Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti</b>	-
<b>Pagrindinio dokumento priedų skaičius</b>	1
<b>Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius</b>	0
<b>Pridedamo dokumento sudarytojas (-ai)</b>	-
<b>Pridedamo dokumento pavadinimas (antraštė)</b>	Ataskaitu rinkinys.docx
<b>Pridedamo dokumento registracijos data ir numeris</b>	-
<b>Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas</b>	Elpako v.20240426.1
<b>Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)</b>	Tikrinant dokumentą nenustatyta jokių klaidų (2024-04-30)
<b>Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas</b>	2024-04-30 nuorašą suformavo Geda Kačinauskienė
<b>Paieškos nuoroda</b>	-
<b>Papildomi metaduomenys</b>	-