

SUDERINTA

Telšių rajono savivaldybės  
administracijos vyriausiasis  
specialistas (savivaldybės gydytojas)  
Juozas Vengalis



Telšių r. savivaldybės gydytojas  
Juozas Vengalis

PATVIRTINTA

Telšių rajono savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuro  
direktoriaus 2016 m. gegužės 11d.  
įsakymu Nr. V-35

## TELŠIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2015 METŲ VEIKLOS ATASKAITA

### I. BENDROJI DALIS

1.1. Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras) savo veikloje vadovaujasi Lietuvos Respublikos Konstitucija, Lietuvos Respublikos įstatymais, Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimais, Telšių rajono savivaldybės (toliau – Savivaldybės) tarybos sprendimais, Administracijos direktoriaus įsakymais bei Biuro nuostatais.

Pagrindinis Biuro veiklos tikslas – rūpintis Savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti 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.

Nuolatinė Savivaldybės gyventojų sveikatos stebėseną, informacijos sklaidą apie sveikatos rizikos veiksnius, pagal galimybes jų paplitimo populiacijoje mažinimas bei bendruomenės narių sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymas, propagavimas, neinfekcinių ligų ir traumų profilaktika bei kontrolė yra pagrindinės prevencinės gyventojų (vaikų, jaunimo bei suaugusiųjų) sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo priemonės, naudojamos Biuro programoje užsibrėžtiems uždaviniams įgyvendinti. Siekiant sumažinti sergamumą ir mirtingumą nuo širdies ir kraujagyslių sistemos ligų, ypač didelis dėmesys buvo skiriamas gyventojų fizinio aktyvumo skatinimui, sveikos gyvensenos mokymui, vaikų sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymui.

Biuras atliko šias veiklas (teikė paslaugas):

1. Vykdydė visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą), surinko išsamią informaciją apie Savivaldybės gyventojų visuomenės sveikatos būklę, sveikatos rizikos veiksnius ir ja remiantis suplanavo bei įgyvendino Savivaldybės visuomenės sveikatos stiprinimo priemones;

2. Organizavo visuomenės sveikatos stiprinimą bendruomenėse įtraukdamas į šią veiklą bendruomenę ir socialinius partnerius;

3. Vykdydė vaikų ir jaunimo visuomenės sveikatos priežiūrą, koordinavo visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, dirbančių bendrojo lavinimo mokyklose, ikimokyklinio ugdymo įstaigose veiklą;

4. Pagal kompetenciją organizavo alkoholio, tabako ir psichotropinių medžiagų vartojimo profilaktiką;

5. Pagal kompetenciją organizavo lėtinių neinfekcinių ligų, nelaimingų atsitikimų ir traumų prevenciją;

6. Pagal kompetenciją organizavo užkrečiamųjų ligų profilaktiką;

7. Vykdydė kitas įstatymų nustatytas visuomenės sveikatos priežiūros funkcijas.

## II. ŽMOGIŠKIEJI IŠTEKLIAI

2.1. Remiantis audito „Dėl visuomenės sveikatos biure atlikto finansinio ir teisėtumo audito rezultatų“ 2015-06-05 Nr. KT9-6/A rekomendacijomis, biure papildomai buvo įsteigtas visuomenės sveikatos stiprinimo etatas.

2.2. Biuro struktūra, darbuotojų pareigybių sąrašas yra suderintas su steigėju. Etatų normatyvai yra patvirtinti Telšių rajono savivaldybės tarybos 2014 m. sausio 30 d. sprendimu Nr. T1-34 „Dėl biudžetinės įstaigos Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro didžiausio leistino darbuotojų pareigybių skaičiaus nustatymo“. Iš viso yra patvirtinta 18,75 etatų.

2.3. Biuro etatų skaičius 2015 m. gruodžio 31 d. nurodomas 1 lentelėje.

1 lentelė. Visuomenės sveikatos biuro struktūra.

Pareigybės	Etatų skaičius	Darbuotojų skaičius
Direktorius	1	1
Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai biure: visuomenės sveikatos stiprinimo specialistas visuomenės sveikatos stebėsenos specialistas vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistas	2 1 1	5*
Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, vykdantys sveikatos priežiūrą mokyklose	9,25	13*
Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, vykdantys sveikatos priežiūrą ikimokyklinio ugdymo įstaigose	4,5	6
<b>Iš viso:</b>	<b>18,75</b>	<b>25*</b>

\* Nurodomas bendras darbuotojų skaičius (su asmenimis, kurie yra „Vaiko priežiūros atostogose“)

2.4 Direktorius ir keturi visuomenės sveikatos priežiūros specialistai veiklą vykdo Biure, o 20 visuomenės sveikatos priežiūros specialistų - 25-ose Telšių rajono savivaldybės bendrojo ugdymo ir 8 – ose ikimokyklinio ugdymo įstaigose.

2.5 Biuro darbuotojų išsilavinimas: aukštasis universitetinis – 12 fizinių asmenų, aukštesnysis (arba jam prilygintas) - 13.

## III. BIURO FINANSAVIMAS

3.1 Biuro finansavimo šaltiniai: savivaldybės biudžeto lėšos, valstybės biudžeto lėšos (specialioji dotacija valstybinėms funkcijoms atlikti), aplinkos apsaugos rėmimo specialiosios programos lėšos, 2 proc. parama. 2015 m. bendras Biuro finansavimas sudarė 177598,00 Eur.(2 lentelė).

2 lentelė. Biuro finansavimas 2015 m.

Finansavimo šaltiniai	Paskirtis	Suma (Eur)
Savivaldybės biudžeto lėšos	Darbo užmokestis	22367,00
	Soc.draudimo įmokos	6929,00
	<b>Iš viso:</b>	<b>29296,00</b>

Valstybės biudžeto lėšos (specialioji dotacija valstybinėms funkcijoms atlikti)	Ugdymo įstaigų visuomenės sveikatos priežiūros specialistai	
	Darbo užmokestis	47102,00
	Soc.draudimo įmokos	14613,00
	Medikamentai	1465,00
	Transporto išlaikymas	279,00
	Spaudiniai	600,00
	Kitos prekės	9548,00
	Kvalifikacijos kėlimas	179,00
	Kitos paslaugos	3219,00
	<b>Viso:</b>	<b>77005,00</b>
	Biuras	
	Darbo užmokestis	33636,00
	Soc.draudimo įmokos	10358,00
	Ryšių paslaugos	538,00
	Transporto išlaikymas	2500,00
	Spaudiniai	1300,00
	Kitos prekės	12079,00
	Komandiruotės	1034,00
	Komunalinės paslaugos	727,00
	Kitos paslaugos	8758,00
<b>Viso:</b>	<b>71297,00</b>	
<b>Iš viso:</b>	<b>148302,00</b>	
Telšių rajono savivaldybės aplinkos apsaugos rėmimo specialiosios programos lėšos (maudyklų vandens monitoringas)	Kitos paslaugos	1448,00
	<b>Iš viso:</b>	<b>1448,00</b>
<b>Iš viso:</b>	<b>177598,00</b>	

3.2. Šiuo metu įgyvendinamas bendras Telšių ir Akmenės rajonų visuomenės sveikatos biurų projektas parengtas įgyvendinant programos Nr. LT11 „Visuomenės sveikatai skirtos iniciatyvos” priemonę „Sveikatos priežiūros paslaugų teikimo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose gerinimas”. Šios priemonės tikslas – įrengti arba atnaujinti sveikatos priežiūros kabinetus mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose. Projekto įgyvendinimui atrinkti sveikatos priežiūros kabinetai, kuriems reikalingas elementarus kosmetinis lubų, grindų, sienų remontas. Inventorius juose yra pasenęs, susidėvėjęs arba neatitinka reikalavimų, kokie baldai ar inventorius turi būti šiuolaikiniame sveikatos priežiūros specialisto kabinete. Tokio inventoriaus tiesiog nėra arba nebuvo įsigyta dėl lėšų trūkumo.

Projekto lėšomis bus finansuojamas būtinas sveikatos priežiūros kabinetų remontas, baldų ar sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti būtinos įrangos bei vaikų sveikatą padedančių sekti metodinių ir darbo priemonių įsigijimas.

Bendra Projektui skiriama Norvegijos finansinio mechanizmo lėšų suma - 243.224,10 Eur.

3.3. Lėšos panaudotos:

3.3.1. darbo užmokesčiui ir socialinio draudimo įmokoms;

3.3.2. lektorių autorinėms sutartims apmokėti, straipsnių rajoninėje spaudoje publikavimui, renginiams ir kt.;

3.3.3. prekių įsigijimui: mokomosioms priemonėms, kanceliariinėms prekėms, pirmosios medicinos pagalbos rinkiniams, medikamentams ir kt.

3.3.4. kitoms paslaugoms: vandens mėginių tyrimams, transporto paslaugoms, ryšių paslaugoms, leidinių gamybai.

#### **IV. 2015 METAIS PARENGTOS BIURO VEIKLOS ATASKAITOS**

- 4.1. Parengtos 2015 metų Telšių savivaldybės biudžetui skirtų Valstybės biudžeto specialiosios tikslinės dotacijos (I, II, III, IV ketv.) mokinių visuomenės sveikatos priežiūros, visuomenės sveikatos stiprinimo ir stebėsenos funkcijų vykdymui lėšų panaudojimo vertinimo kriterijų ataskaitos (2015-04-21; 2014-07-09; 2015-10-12; 2016-01-11).
- 4.2. 2016-01-14 parengta ir pateikta Sveikatos ugdymo ir mokymo 2015 m. ataskaita Nr. 41-1- sveikata.
- 4.3. Parengta „Vaikų dantų ir žandikaulių būklės 2014 m. ataskaita“ (2015-03-26).
- 4.4. Parengta Telšių rajono visuomenės sveikatos biuro 2015 metų veiklos programa.
- 4.5. Parengta Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2015 m. veiklos ataskaita.
- 4.6. Parengta Telšių rajono savivaldybės maudyklų vandens kokybės ataskaita už 2015 metus (pateikta Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro tinklalapyje, 2015-11-03).
- 4.7. Parengta projekto „Pedikuliozės prevencija Telšių rajono bendrojo lavinimo mokyklose ir ikimokyklinėse ugdymo įstaigose“ ataskaita.
- 4.8. Parengta 2015 metų personalo ataskaita Nr. 3 (pateikta 2016-02-01).
- 4.9. Paruošta Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro stebėsenos ataskaita už 2015 m.

#### **V. BIURO VEIKLA**

Pagrindinė Biuro veiklos sritis — Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamų savivaldybės visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų organizavimas ir teikimas fiziniams ir juridiniams asmenims Telšių rajono savivaldybės teritorijoje.

Biuro veikla organizuojama ir vykdoma remiantis Telšių rajono savivaldybės tarybos 2015 m. balandžio 24 d. sprendimu Nr. T1-139 patvirtinta Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2015 metų veiklos programa.

Siekiant stiprinti ir gerinti visuomenės sveikatos priežiūrą, paslaugų kokybę ir informacijos prieinamumą Telšių rajono bendruomenės nariams, 2015 metais buvo įsteigtas papildomas visuomenės sveikatos stiprinimo specialisto etatas. Šiuo metu įgyvendinamas Norvegijos finansinio mechanizmo programos Nr. LT11 „Visuomenės sveikatai skirtos iniciatyvos“ priemonės „Sveikatos priežiūros paslaugų teikimo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose gerinimas“ projektas, kuris turėtų būti įgyvendintas iki 2016 metų pabaigos.

#### **Visuomenės sveikatos stiprinimas savivaldybės bendruomenėje**

Įgyvendinant Visuomenės sveikatos stiprinimą Telšių rajono savivaldybės bendruomenėje, t.y. didinant Telšių rajono gyventojų informuotumą apie užkrečiamųjų ligų profilaktiką, lėtinių neinfekcinių ligų pagrindinius rizikos veiksnius, jų korekciją, skatinant aktyvesnį, sveikesnį gyvenimo būdą, formuojant tinkamas sveikos gyvensenos nuostatas bei ugdant sveikos gyvensenos įgūdžius, buvo inicijuojamos ir organizuojamos įvairios prevencinės sveikatos stiprinimo priemonės

įvairioms gyventojų grupėms. Visuomenės sveikatos stiprinimas Telšių rajone buvo vykdytas atsižvelgiant į Telšių rajono savivaldybės tarybos 2011 m. gruodžio 29 d. sprendimu Nr. T1-365 patvirtintos Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2012-2014 metų programos rodiklius. Įšanalizavus surinktus savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos duomenis apie gyventojų sergamumą ir mirtingumą, buvo išskirtos šios prioritetinės sveikatos stiprinimo sritys:

1. Širdies ir kraujagyslių sistemos ligos;
2. Piktybiniai navikai;
3. Išorinės traumos.

Prevencinė sveikatos stiprinimo veikla buvo orientuota į šių ligų rizikos faktorių mažinimą. Siekiant sumažinti lėtinių neinfekcinių ligų (ŠKL, CD, piktybinių navikų, nutukimo) paplitimą, traumų skaičių bendruomenėje, buvo organizuojamos įvairios fizinio aktyvumo skatinimo formos (bendro pobūdžio, jogos mankštos, šiaurietiškas ėjimas, mankštos baseine, žygiai, sporto varžybos, mankštos darbo ir viešosiose vietoje). Buvo vykdoma informacijos sklaida apie fizinio aktyvumo svarbą, prevencines programas, teikiamos individualios ir grupinės konsultacijos gydymo įstaigose, organizuojami renginiai skirti sveikos mitybos skatinimui, nutukimo prevencijai, minimos įvairios Lietuvos ir PSO minėtinos dienos.

#### **1 Uždavinys Vykdyti visuomenės sveikatos stiprinimą savivaldybės bendruomenėje**

**Veikla:** Vykdyti sveikatos propagavimą, bei visuomenės, valdymo institucijų informavimą ir konsultavimą visuomenės sveikatos klausimais

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Kriterijaus pavadinimas</b>	<b>Kriterijaus vertė</b>
1.	Renginiai (konferencijos, seminarai, akcijos, pamokos, žygiai, mankštos) visuomenės sveikatos propagavimo tema	323
2.	Renginiuose dalyvavusių asmenų skaičius	10445
3.	Informaciniai pranešimai	167
4.	Straipsniai (regioninėje spaudoje, internetiniuose puslapiuose)	210
5.	Atmintinės, lankstinukai ir kiti leidiniai (tiražas)	5300

#### **Pagrindinės didžiausios apimties Biuro 2015 metų veiklos:**

**1. Įmonių/organizacijų konkursas „Dėdlė sveikiausi par vėsa rajuona 2015“ 2015 m. balandžio – gruodžio mėn. (37 renginiai, 180 unikalių dalyvių, 450 individualių konsultacijų).**

Nacionalinė sveikatos taryba (toliau – Taryba), analizuodama Lietuvos gyventojų sveikatos rodiklius, ne kartą pažymėjo, kad lėtinių neinfekcinių ligų paplitimas bei mirtingumas nuo šių ligų šalyje yra didesnis nei daugelio kitų Europos Sąjungos šalių vidurkis. Naujoje Europos sveikatos politikoje „Sveikata 2020“, kuri yra sveikatos ir gerovės politika, numatyti keturi veiklos prioritetai paliečia integruotas, tarpdisciplinines ir tarpsektorines poveikio priemones į visus sveikatą įtakojančius veiksnius ir yra gairės Lietuvai ir kitoms Europos šalims, siekiančioms geresnės jų gyventojų sveikatos. Visuotinės sveikos gyvensenos realizavimas – vienas didžiausių iššūkių kiekvienai valstybei ir šiame procese svarbus vaidmuo tenka darbdavio institucijai. Įrodyta, jog darbuotojų sveikatos stiprinimas yra ekonomiškai naudingas darbdaviui (pvz. sumažėjus nuostoliams dėl nebuvimo darbe, kiekvieno į sveikatos stiprinimą darbe investuoto euro rentabilumas siekia 2,5–4,8 euro). Lietuvoje taip pat yra geros praktikos pavyzdžių, kai darbdavių diegiamos sveikatą stiprinančios priemonės, programos, duoda teigiamus rezultatus.

Atsiželdamas į tai, Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras organizavo įmonių/organizacijų konkursą „Dėdlė sveikiausi par vėsa rajuona 2015“ renkant sveikiausią metų įmonę/organizaciją tikslu įvertinti bei pagerinti įmonės/organizacijos darbuotojų sveikatą, t.y. formuojant darbuotojų žinias ir įgūdžius, didinant jų motyvaciją rūpintis savo pilnaverte mityba, skatinant tinkamą jų fizinį aktyvumą, kurti sveiką gyvenseną palaikančią darbo aplinką bei taip gerinti darbuotojų sveikatą, įmonės/organizacijos mikroklimatą ir darbo našumą.

Konkursas prasidėjo balandžio mėnesį ir jame dalyvauti užsiregistravo 12 įstaigų, kurios varžėsi dviejose kategorijose. Iš viso per visas įstaigas konkurse dalyvavo 190 darbuotojų. Pirmoje kategorijoje (iki 10 darbuotojų) varžėsi: Ubiškės pagrindinė mokykla, Atviras Telšių jaunimo centras, Telšių visuomenės sveikatos centras, Buožėnų mokykla darželis, Nevarėnų pagrindinė mokykla ir Telšių socialinių paslaugų centras. Antroje kategorijoje (iki 20 darbuotojų) varžėsi: lopšelis darželis „Mastis“, lopšelis darželis „Berželis“, lopšelis darželis „Saulutė“, „Ateities“ pagrindinė mokykla, „Atžalyno“ pagrindinė mokykla bei Telšių apskrities vyriausiasis policijos komisariatas.

Konkurso metu visuomenės sveikatos specialistai kiekvienoje įstaigoje atliko tyrimus segmentinės kūno sudėties analizatoriumi, matavo apimtis, vertino fizinio aktyvumo lygį, tyrė bendro cholesterolio kiekį kraujyje, įvertino darbuotojų mitybos ir poilsio įpročius, analizavo kaip darbovietėje stiprinama darbuotojų sveikata. Po šio vertinimo pradėta vykdyti sveikatinimo programa ir visuomenės sveikatos specialistai nuolatos lankydami įstaigose mokė mankštos pratimų galimų atlikti darbo vietoje, mokė akių mankštos pratimų, skleidė informaciją apie asmens ir visuomenės sveikatą, vandens vartojimą, sveiką mitybą, fizinį aktyvumą, organizavo relaksacijos seansus, suteikė specialų fizinio aktyvumo inventorių siekiant suaktyvinti kraujotaką ir pagerinti širdies darbą. Kiekvienam dalyviui buvo suteiktos asmeninės rekomendacijos ir iškelti tikslai siekiant optimaliai geriausių sveikatos rodiklių. Praėjus mėnesiui po sveikatinimo programos darbovietėse diegimo, kas savaitę pakartotinai buvo vykdoma:

1. Informacijos apie sveikatą teikimas: mityba, fizinis aktyvumas, bendrieji sveikatos klausimai (informacijos teikimo būdas: „Kolega-kolegai“).

2. Vandens vartojimo pertraukėlių organizavimas: komandos organizavo vandens gėrimo pertraukėles taip, kad kiekvienas komandos narys per darbo dieną išgertų po 6 stiklines vandens (6 pertraukėlės).

3. Fizinio aktyvumo vertinimas su VSB žingsniamačiais arba naudojant kitas išmaniąsias technologijas (mobiliųjų telefonų programėles): kiekvienas komandos narys stengėsi per dieną padaryti 10 000 žingsnelių, komandos nariai kontroliavo vienas kito fizinį aktyvumą.

4. Grupinės mankštos darbo vietoje organizavimas: komandos visuomenės sveikatos specialistų buvo apmokytos savarankiškai kasdien po 30 min. mankštintis grupinėje mankštoje.

5. Individualios mankštos darbo vietoje organizavimas: individuali mankšta su „PowerBall“ treniruokliu, siekiant suaktyvinti kraujotaką. Komandos savarankiškai kasdien mankštinosi su visuomenės sveikatos biuro suteiktu specialiu inventoriu. Principas „Iš kolegos – kolegai“.

6. Atsipalaidavimo seanso organizavimas: komandos 30 min. vieną kartą savaitėje organizavo atsipalaidavimo seansą, kurio metu buvo klausomasi gydytojo - psichoterapeuto Aido Giedraičio sukurto relaksacinio seanso įrašo.

Po 5 mėnesių buvo atlikti pakartotiniai/tarpiniai darbuotojų ir įstaigos vertinimai. Dalyviams buvo pateikta informacija apie pasiektus pokyčius. Po darbuotojų pakartotinio įvertinimo, visuomenės sveikatos specialistai iš naujo diegė įstaigose, per tiek laiko jau truputį prislopusią, sveikatinimo programą ir teikė aktualią konkurso dalyviams informaciją.

Praėjus dar 4 mėnesiams įstaigose buvo atlikti pakartotiniai patikrinimai, įvertinti galutiniai sveikatos rodikliai ir išanalizuota pasikeitusi situacija. Po surinktų duomenų vertinimo paaiškėjo, kad pilnai programą baigė ir sveikatos rodiklius pakeitė 155 konkurso dalyviai, tačiau ne visų sveikatos rodikliai tapo geresni. Visus sveikatos rodiklius pagerino 59,4 proc. dalyvių. 40,6 proc.

dalyvių sveikatos rodiklių nepakito, liko tokie kokie buvo arba net kiek blogesni. Reikia džiaugtis, kad dalyviai, nepaisant to, toliau vykdo programos reikalavimus. Dažnas suprato, kad kai kurie turi rimtų sveikatos problemų ir sveikatos rodiklių taip greitai nepagerins. Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro organizuota sveikatinimo programa suteikė žinių ir noro pagerinti sveikatą ir „užvedė“ ant tinkamo kelio.

Gruodžio 4 dieną visų konkurse dalyvavusių įstaigų atstovai rinkosi VŠĮ „Asmens tobulėjimo centro Džiugo kalnas“ patalpose, kur buvo paskelbti konkurso rezultatai, apdovanoti prizininkai bei konkurso dalyviai. Visoms konkurse dalyvavusiom įstaigom buvo įteiktos specialios lentelės su įrašu: „Šioje įstaigoje yra rūpinamasi darbuotojų sveikata“. Taip pat buvo įteiktos padėkos dovanos: burokėlių, morkų, pastarnokų ir kt. sveikuoliški rankų darbo daržovių traškučiai. Nugalėtojams atiteko speciali lentelė kurioje pažymėta, kad ši įstaiga yra „Dėdlė sveikiausia par vėsa rajuona 2015“, abonementai lankytis baseine ir pagrindinis prizas: sulčiaspaudė ir vaisių krepšelis pirmam sulčių spaudimui.

Po Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktoriaus sveikinimo žodžio buvo paskelbti konkurso nugalėtojai, kuriais kategorijoje iki 10 darbuotojų tapo Buožėnų pagrindinės mokyklos komanda. Kategorijoje iki 20 darbuotojų nugalėtojais tapo Telšių apskrities vyriausiasis policijos komisariatas. Po apdovanojimų su susirinkusiais sveikatos klausimais kalbėjosi jūros mokytojas, Telšių rajono tarybos narys, sveikatos ir socialiniu reikalų komiteto narys, VŠĮ asmens tobulėjimo centro "Džiugo kalnas" direktorius Remigijus Juška. Apdovanojimų ceremonijos dalyviams koncertavo grupė „Litroll“ ir visi vaišinosi sveikuoliška vakariene ir dalinosi įspūdžiais bei patarimais kaip kiekvienoje iš dalyvavusių įstaigų vyko konkursas ir su kokiais sunkumais susidūrė.

## **2. Nemokamos mankštos 2015 m. sausio - balandžio, spalio – gruodžio mėn. (71 užsiėmimas, 2164 dalyviai).**

Skatinat Telšių rajono gyventojų fizinį aktyvumą, sveiką senėjimą Telšių „Atžalyno“ pagrindinės mokyklos sporto salėje, „Ateities“ pagrindinės mokyklos aktų salėje ir Varnių miesto seniūnijos salėje buvo organizuojamos įvairaus amžiaus žmonėms mankštos, kurias vedė kūno kultūros mokytojai.

Tikslas: skatinti įvairaus amžiaus grupių Telšių gyventojų fizinį aktyvumą ir taip pat mažinti lėtinių neinfekcinių ligų (ŠKL, CD, nutukimo, piktybinių navikų) vystymosi riziką, naudojant įvairias fizinio aktyvumo formas.

## **3. 2015 m. gegužės mėn. dalyvavimas Europos dviračių iššūkyje 2015 (European Cycling Challenge 2015 – ECC2015) (23 renginiai, 1384 dalyviai).**

Bolonijos savivaldybė (Italija) antrus metus iš eilės pakvietė Telšius dalyvauti aplinkai draugiškame projekte "Europos dviračių iššūkis 2015". Projekto tikslas - skatinti gyventojus dažniau naudoti dviratį kaip aplinkai draugišką transporto priemonę, mažinti miestų oro taršą bei gerinti fizinį dalyvių pasirengimą. Prie šios akcijos prisijungėme ir visą gegužės mėnesį mynėme dviračiais už savo miestą ir savo sveikatą.

Telšiai šiame iššūkyje dalyvavo jau antrą kartą ir šiais metais prie Telšių komandos prisijungė 479 Telšiškiečiai kurie registravo savo nuvažiuotus kilometrus, tačiau išviso šioje akcijoje sudalyvavo virš 800 unikalių dviratininkų. Nevisi prisiregistravo ir žymėjo nuvažiuotus kilometrus, nes reikėjo turėti išmanųjį telefoną arba žymėtis svetainėje rankiniu būdu, kitiems tai sukėlė nepatogumų. Galime pasidžiaugti tai, kad sulaukėme įvairaus amžiaus dalyvių, nuo 4 iki 70 metų amžiaus. Buvo keli vyresnio amžiaus dalyviai kurie neatsilikdavo nuo jaunimo ir rinkdavosi kiekvieną dieną į organizuojamus pasivažinėjimus. Patys aktyviausi telšiškiečiai tai buvo tas jaunimas, kuris buvo tarp 20-35 metų.

Dviračių iššūkį priėmė 30 valstybinių įstaigų, verslininkų, švietimo įstaigų, sporto bendruomenių, seniūnijų ir kt. Telšiai galutinėje lentelėje pagal nuvažiuotus kilometrus liko 13 pozicijoje iš 38 Europos miestų ir per visą gegužės mėnesį Telšių rajono komanda nuvažiavo 37

185 km (neoficialiai virš 60 000 km). Kiti Lietuvos miestai liko truputėlį žemiau, Kaunas užėmė 17 vietą su 29 452 km, o Klaipėda liko 18 netoli atsilikdama nuo Kauno su 27 434 km. Taip pat galim pasigirti, kad lyginant galutinę iššūkio lentelę pagal gyventojų skaičių tai Telšiai yra visa galva aukščiau už kitus iššūkyje dalyvavusius milijonus gyventojų turinčius miestus ir pagal nuvažiuotus kilometrus dalinant 1000 rajono gyventojų Telšiai iš 38 Europos miestų užėmė 2-ą vietą, 2014 metais užėmė 1-ąją vietą.

#### **4. 2015 metais organizuotos individualios konsultacijos gyventojams apie prevencines programas ir sveikatos gerinimą (24 renginiai, 404 dalyviai).**

UAB „Telšių sveikata“ patalpose dalyviai būdavo supažindinami su priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa, gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencijos programa, atrankinės mamografinės patikros dėl krūties vėžio programa ir storosios žarnos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa. Apsilankymų metu Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistai pasakojo apie fizinį aktyvumą, apie erkių platinamas ligas ir kaip jų išvengti, mokydavo įvairių akių atpalaidavimo pratimų, mankštos pratimų. Buvo mokomi tokie mankštos pratimai kuriuos kiekvienas nesudėtingai ir be jokių papildomų priemonių galėtų atlikti savo darbo vietoje, atpalaiduotų įsitempusius raumenis ir sumažintų skausmą juosmens ir pečių srityje. Taip pat sveikatos priežiūros specialistai kiekvieną konsultuojamą gyventoją tyrė kūno segmentinės sudėties analizatoriumi kurio pagalba galima sužinoti savo svorį, kūno riebalų procentinę dalį, raumenų masę, kaulų masę, KMI, dienos kalorijų normą, metabolinį amžių, kūno vandens kiekį, visceralinių (vidinių kūno) riebalų lygį. Supažindindavo apie sveikatos rodiklius, pakomentuodavo gautus rezultatus ir suteikdavo reikiamas rekomendacijas sveikatos gerinimui.

Konsultacijų asmens sveikatos priežiūros įstaigoje tikslas - patogesnių, gyventojams prieinamesnių visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugų teikimas, betarpiškos visuomenės sveikatos priežiūros specialistų konsultacijos dėl gyvenimo, lėtinių neinfekcinių ligų rizikos veiksnių korekcijos.

#### **5. Atsipalaidavimo – jogos mokymai 2015 m. gegužės birželio mėn. (13 renginių, 282 dalyviai).**

Jogos mokymai siekia suvokti sveiką kūno ir proto funkcionavimą. Jogos praktikuotojas spinduliuoja gera savijauta, dėl padidėjusio kūno lankstumo ir energingumo, viena iš svarbiausių jogos naudų yra atsipalaidavimas, sumažinantis stresą ir silpnumą. Jogos praktikuotojas ugdo savo nepažeidžiamumą ir įgyja efektyvų atsparumą aplinkos veiksniams. Joga taip pat gerina seksualinį gyvenimą, mažina svorį.

Fiziniam lygmenyje Joga pademonstravo esanti ypatingai efektyvi įvairiems sutrikimams. Jogos praktikavimas gali padėti gydyti įvairias ligas, tokias kaip cukraligė, artritas, astma, taip pat virškinimo sutrikimus, blogą laikyseną ir širdies sutrikimus. Joga padės atgaivinti smegenis, širdį, nervus, raumenis.

Kaip dalykas, padėsiantis sustiprėti fiziškai, Joga yra puikus pasirinkimas stiprinantis raumenis, netgi tuos, apie kuriuos nieko nežinojote, jūs įgysite stiprų ir lankstų kūną.

#### **6. „Sveikas senėjimas“ – mankštos baseine vyresnio amžiaus žmonėms 2015 m. sausio - vasario, lapkričio - gruodžio mėn. (17 užsiėmimų, 274 dalyviai).**

Biuras siekdamas padidinti vyresnio amžiaus žmonių fizinį aktyvumą bei paskatinti sveiką senėjimą kvietė Telšių rajono gyventojus, kuriems virš 55 metų, stiprinti savo fizinę sveikatą dalyvaujant prevencinėje akcijoje „Sveikas senėjimas“. Asmenys lankydami baseine mankštindavosi kartu su fizinio parengimo mokytoja.

#### **7. Mokymai būsimiesiems tėveliams 2015 m. balandžio ir spalio mėn. (2 mokymų ciklai: 11 paskaitų, 2 ekskursijos po akušerijos ginekologijos skyrių, 4 mankštos baseine 226 dalyviai).**

Organizuoti mokymai nėščiosioms ir būsimiesiems tėveliams. Paskaitų tikslas – suteikti daugiau žinių apie nėštumo metu vykstančius pokyčius, pasiruošimą gimdymui, patį gimdymo procesą,



naujagimio priežiūrą, maitinimą bei pakonsultuoti rūpimais klausimais. Būsimas mamas ir tėčius konsultavo ilgametę patirtį turintys specialistai. Tai yra akušerė J. Remezienė (VŠĮ Regioninė Telšių ligoninė), akušerė A. Grigaliūnienė (VŠĮ Respublikinės Šiaulių ligoninės Moters ir vaiko klinikos), gyd. K. Vitkauskas (UAB „Plungės Sveikatos centras“), natūralaus maitinimo specialistė Natalija Bartkevičienė („Philips AVENT“ lektorė), psichologė Lidija Stonienė (VŠĮ Telšių krizių centras), Telšių rajono savivaldybės vaiko teisių apsaugos skyriaus vyriausioji specialistė Jolita Stanevičienė, „Kamieninių ląstelių bankas“ ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistai. Jie skaitė paskaitas temomis „Nėštumo fiziologija, pasiruošimas gimdymui, gimdymo eiga, etapai“, „Žindymas, jo nauda kūdikiui ir mamai“, „Naujagimio priežiūra, žindymo patarimai, krūtų problemos“, „Naujagimio kūdikio maitinimas“, „Teisiniai nėštumo aspektai“, „Naujagymis namuose: džiaugsmas ir iššūkiai tėvams“, „Psichologinis pasirengimas gimdyti“, „Kas yra kamieninės ląstelės, kodėl jos tokios svarbios ir kaip gali būti panaudojamos“, „Skiepy nauda žmogaus sveikatai. Mitai ir faktai“. Dalyviams taip pat buvo suteikta galimybė apsilankyti VŠĮ Telšių Regioninės ligoninės akušerijos-ginekologijos skyriuje, apžiūrėti gimdyklas, palatas, pabendrauti su pagimdžiusiomis moterimis bei pasikonsultuoti rūpimais klausimais. Besilaukiančioms moterims buvo suteikta nemokama galimybė lankyti baseiną ir mankštintis vadovaujant kineziterapeutei.

#### **8. Šiaurietiškas ėjimo mokymai 2015 m. balandžio - rugsėjo mėn. (21 užsiėmimas, 212 dalyvių).**

Gyventojams buvo organizuoti Šiaurietiško ėjimo mokymai. Tai ėjimas su specialiomis lazdomis, taikant „Alfa“ techniką t.y. kai vienu metu dirba daugelis kūno raumenų grupių (pilvo, nugaros, rankų, pečių, krūtinės, kojų). Šiaurietiškas ėjimas plačiai taikomas kaip gydymo forma ir yra veiksmingas gydant kvėpavimo ir kraujotakos sutrikimus, stuburo ligas, osteoporozę. Jis puikiai tinka vyresnio amžiaus, antsvorio, sąnarių ir nugaros problemų turintiems žmonėms, nes iki 30% mažiau apkrauna judėjimo aparatą. Šiaurietiško ėjimo mokymai organizuoti tiek Telšių miesto, tiek rajono gyventojų bendruomenėms.

Tikslas: skatinti įvairaus amžiaus grupių Telšių gyventojų fizinį aktyvumą ir taip pat mažinti lėtinių neinfekcinių ligų ( ŠKL, CD, nutukimo, piktybinių navikų ) vystymosi riziką, naudojant įvairias fizinio aktyvumo formas.

#### **9. 2015 m. lapkričio 15 d. Pasaulinės kelių eismo įvykių aukų atminimo dienos minėjimas (1 renginys, 200 dalyvių).**

„Kelias nėra karo laukas, kuriam reikia kovoti. Transporto priemonės nėra ginklai, nukreipti vienas prieš kitą. Kelyje yra mūsų tėvai, vaikai, broliai, seserys, kuriuos privalome saugoti“, – tokiais žodžiais pradėtas lapkričio 15-ąją Telšiuose, Turgaus aikštėje vykęs Pasaulinės kelių eismo įvykių aukų atminimo dienos minėjimas. Jis kasmet minimas trečiąjį lapkričio sekmadienį. Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro ir Telšių apskrities vyriausiojo policijos komisariato, bendradarbiaujant su partneriais organizuota akcija priminė beprasmiškai žuvusiuosius keliuose ir gatvėse, pareiškė užuojautą jų artimiesiems bei akcentavo, kad kiekvienas eismo dalyvis privalo rūpintis ir saugoti save.

Žuvusiųjų keliuose minėjimo diena pradėta rytine malda Telšių švč. Mergelės Marijos Ėjimo į dangų bažnyčioje, kurioje Šv. Mišias aukojo Telšių vyskupijos kancleris, policijos kapelionas kanauninkas Remigijus Saunorius. Šv Mišios aukoms keliuose atminti buvo aukojamos ir Šv. Antano Paduviečio katedroje. Telšių apskr. VPK Kelių policijos skyriaus pareigūnai ir VĮ Telšių regiono keliai atstovai Mišių metu kreipėsi į tikinčiuosius, ragino juos būti sąmoningais ir atsakingais už kiekvieno eismo dalyvio gyvybę. Siekiant kad visi pėstieji keliuose būtų matomi, kiekvienam parapijiečiui išdalyti atšvaitai ir paraginta juos tinkamai naudoti.

Tęsiant minėjimą už eismo įvykių aukas, Turgaus aikštėje į susirinkusiuosius kreipėsi Telšių rajono savivaldybės administracijos direktorius Kęstutis Gusarovas, kuris akcentavo, jog turime gerbti kiekvieną eismo dalyvį ir būtinai laikytis Kelių eismo taisyklių reikalavimų. „Tik tokiu būdu galime išvengti skaudžių nelaimių ir beprasmių aukų keliuose“, – akcentavo K. Gusarovas. Būti

atsakingais ir saugiais keliuose ragino ir minėjime dalyvavę Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktorius Aurelijus Laurinavičius bei valstybinės įmonės Telšių regiono keliai Saugaus eismo skyriaus vadovas Arūnas Raibužis. Jis atliko ir savos kūrybos dainą skirtą pastaraisiais metais žuvusiems keliuose.

Siekiant, kad eismo dalyviai suprastų keliuose dėl neatsakingo elgesio kylančias grėsmes ir iš arti pažvelgtų į pasekmes, visi turėjo galimybę pamatyti į eismo įvykį patekusį sumaitotą automobilį. Metalo krūva virtusios transporto priemonės istoriją papasakojo ir dar kartą visus būti dėmesingais ir atidžiais keliuose ragino Telšių apskr. VPK Kelių policijos skyriaus pareigūnas Paulius Zaramba.

Į minėjimą už žuvusiuosius keliuose susirinkę miestiečiai turėjo galimybę išbandyti eismo įvykio metu patiriamą automobilio vertimosi ir saugos diržų efektyvumo jausmą, kurį perteikti padėjo VĮ Automagistralė pristatyti stimulatoriai. O prie minėjimo prisijungę Telšių apskrities priešgaisrinės gelbėjimo valdybos ugniagesiai kvapą gniaužiančių emocijų ir susimąstymo akimirkų suteikė imituodami sudėtingą tariamų aukų gelbėjimo operaciją iš apgadinto automobilio.

Prisimindami žuvusiuosius keliuose, Turgaus aikštėje, šalia laikrodžio bokšto, minėjimo dalyviai uždegė žvakutes jiems atminti.

Šios, trečius metus Telšiuose vykdomos akcijos tikslas – padėti gyventojams įsisąmoninti, kad kiekvienas asmeniškai yra atsakingas už keliuose įvykstančias nelaimes ir jose nukenčiančius žmones. Nuolat kalbėdami, suteikdami galimybę būti matomais tamsiuoju paros metu ir akcentuodami Kelių eismo taisyklių svarbą, už eismo saugumą atsakingos institucijos tikisi visuomenės supratimo ir kultūringo elgesio keliuose.

#### **10. Pasaulinės psichikos sveikatos ir savižudybių prevencijos dienos minėjimas 2015 m. rugsėjo - spalio mėn. (2 renginiai, 100 dalyvių).**

Rugsėjo 10 d. Minint Pasaulinę savižudybių prevencijos dieną Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras ir Telšių krizių centras jau antrus metus iš eilės sukviėtė telšiškius į galbūt tapsiantį tradicinį žygį aplink Masčio ežerą. Žygio metu su dalyviais šia tema bendravo Telšių krizių centro darbuotojai ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistai.

Spalio 10 d. Pasaulinės psichikos sveikatos dienos proga seminaras skirtas onkologiniams pacientams ir jų artimiesiems. „Kaip kalbėtis ir bendrauti su žmogumi kuris serga onkologine liga; kaip jam padėti ir padėti sau; sunku suvokti ir suprasti, kad mano artimas žmogus serga; aš nežinau ką daryti; aš sergu onkologine liga, kaip pasveikti; nenoriu susirgti depresija, bet man labai sunku; kaip maitintis sergant onkologine liga“ į šiuos klausimus sunku rasti tinkamą atsakymą. Seminaro metu su susirinkusiais kalbėjosi medicinos psichologė Eglė Urbutienė, Vilniaus Universiteto ligoninės Santariškių klinikų, Hematologijos, onkologijos ir transfuziologijos centras; VšĮ "Onkopsichologijos ir komunikacijos centras" tema - "Sveikimo link: psichologo rekomendacijos onkologiniams pacientams ir jų artimiesiems"; Gydytoja dietologė Evelina Cikanavičiūtė, Lietuvos enterinės ir parenterinės mitybos draugijos narė, viena iš 39 Lietuvoje licencijuotų gydytojų dietologijų tema - „Mityba susirgus onkologine liga“ ir Gydytoja psichiatrė-psichoterapeutė Stefa Naujokienė, UAB Žemaitijos psichikos sveikatos centras tema - „Depresija onkologinių ligų palydovė“.

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

---

#### **2 Uždavinys**

Vykdyti savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą)

---

Per 2015 metus buvo įgyvendinamos Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro programos plane numatytos priemonės:

1. Visuomenės sveikatos stebėseną savivaldybėse vykdoma remiantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu „Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. rugpjūčio 11 d. įsakymo Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“ pakeitimo“ 2014 m. gruodžio 19 d. Nr. V-1387, Telšių rajono savivaldybės tarybos sprendimu „Dėl Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“ 2015 m. gegužės 28 d. Nr. T1-104. Stebėsenos duomenys buvo renkami iš viešai skelbiamų leidinių („Lietuvos gyventojų sveikata ir sveikatos priežiūros įstaigų veikla“, „Lietuvos gyventojų sergamumas apskrityse ir savivaldybėse“, „Mirties priežastys savivaldybėse“, „Lietuvos sveikatos statistika/ Health Statistics of Lithuania“, „Visuomenės sveikatos būklė Lietuvos savivaldybėse“, internetinės duomenų bazės (<http://www.hi.lt>, [www.stat.gov.lt](http://www.stat.gov.lt)) ir kt.

2. 2015 metais buvo renkami Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rodikliai už 2014 metus.

3. Remiantis Visuomenės sveikatos stebėsenos (monitoringo) įstatymu, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo tvarka, atlikta 2014 m. Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita, kurioje įvertinti savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos rodikliai ir išanalizuotos prioritetingos savivaldybės visuomenės sveikatos problemos. Platesnė informacija Biuro internetinėje svetainėje [www.telsiurvsb.lt](http://www.telsiurvsb.lt).

4. Įgyvendinant Telšių rajono savivaldybės moksleivių sveikatos stebėseną, buvo atlikta 2014-2015 mokslo metų mokinių sergamumo analizė. Dažniausiai moksleiviai 2014-2015 m. m. sirgo ŪVRI (ūmi virusinė respiratorinė infekcija) taip pat nemaža dalis moksleivių sirgo virškinimo trakto ligomis. Tokia pati tendencija buvo ir praėjusiais metais. Informacija apie mokinių sergamumo rezultatus paskelbta Biuro internetinėje svetainėje [www.telsiurvsb.lt](http://www.telsiurvsb.lt).

5. Įgyvendinant Telšių rajono savivaldybės ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikatos stebėseną, buvo atlikta 2014 m. sergamumo analizė. Dažniausiai ikimokyklinio amžiaus vaikai 2014 m. sirgo ŪVRI (ūmi virusinė respiratorinė infekcija) bei pūlinga angina. Informacija apie vaikų sergamumo rezultatus paskelbta Biuro internetinėje svetainėje [www.telsiurvsb.lt](http://www.telsiurvsb.lt).

6. 2014 m. atlikta 2014-2015 m. m. ikimokyklinio amžiaus vaikų profilaktinių patikrinimų analizė. Išanalizavus vaikų profilaktinių patikrinimų rezultatus, dažniausiai vaikams 2014-2015 m. m. nustatyti: kvėpavimo sistemos sutrikimai (31,3 proc.), širdies – kraujagyslių sistemos sutrikimai (19,1 proc.).

7. Biuras 2015 m. gegužės – rugsėjo mėn. vykdė Telšių rajono maudyklų vandens kokybės stebėseną. Siekiant apsaugoti žmonių sveikatą ir aplinką, sumažinti maudyklų taršą ir prisidėti prie maudyklų vandens kokybės gerinimo, Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras rinko informaciją ir reguliariai teikė Telšių rajono gyventojams apie maudyklų vandens kokybę.

Parengta 2015 metų Telšių rajono savivaldybės maudyklų vandens kokybės ataskaita, parengti 2 Straipsniai spaudoje „Telšių žinios“, „Kalvotoji Žemaitija“ bei parengti 8 informaciniai pranešimai Biuro internetinėje svetainėje [www.telsiurvsb.lt](http://www.telsiurvsb.lt).

8. 2015 m. rugsėjo mėn. Biuras organizavo ir įgyvendino kuprinių svėrimo akciją. Biuro internetinėje svetainėje [www.telsiurvsb.lt](http://www.telsiurvsb.lt).

## Vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimas

<b>3 Uždavinys</b>	<b>Vykdyti vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimą</b>
<b>Veikla:</b>	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, vykdančių sveikatos priežiūrą

**mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose, veikla**

Vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimo veikla yra vykdoma 32 Telšių rajono ugdymo įstaigose ir 4-ioose jų skyriuose, t.y. 1 profesinėje mokykloje, 9 ikimokyklinio ugdymo įstaigose, 22 mokyklose bei jų skyriuose. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, vykdamis sveikatos priežiūrą mokyklose ir/ ar ikimokyklinio ugdymo įstaigose, savo darbe vadovaujasi Lietuvos Respublikos teisės aktais, Telšių rajono savivaldybės tarybos sprendimais, Biuro nuostatais, direktoriaus įsakymais, darbo tvarkos taisyklėmis, pareiginiiais nuostatais bei ugdymo įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros veiklos planu, kurį rengia kartu su įstaigos administracija, atsižvelgiant į ugdymo įstaigos poreikius ir vykdomos visuomenės sveikatos priežiūros nacionalinius ir vietos prioritetus. Visuomenės sveikatos priežiūros planas yra sudedamoji ugdymo įstaigos metinės veiklos programos dalis. Informacija apie visuomenės sveikatos priežiūrą ugdymo įstaigose vykdančius specialistus pateikiama 3 lentelėje.

3 lentelė. Visuomenės sveikatos priežiūrą mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose vykdančių specialistų pasiskirstymas 2015 m.

Specialistų etatų skaičius	Specialistų skaičius	Specialistų pasiskirstymas pagal užimamą etatą			
		1	0,75	0,5	0,25
13,75	19	5	10	1	3

Pirminės visuomenės sveikatos priežiūros vykdymas ugdymo įstaigose apima šias visuomenės sveikatos priežiūros specialisto funkcijas:

1. mokinių sveikatos stebėseną (renka informaciją apie kasmetinius mokinių sveikatos profilaktinius patikrinimus, moksleivių sergamumą, apibendrina informaciją ir pristato ją mokyklos bendruomenei, pateikia savivaldybės institucijoms);
2. pagal kompetenciją užkrečiamųjų ligų (pedikuliozės, niežų) epidemiologinės priežiūros vykdymą (pagal rekomenduojamą grafiką arba esant poreikiui);
3. pirmosios medicinos pagalbos teikimą ir koordinavimą;
4. konsultavimą, informavimą visuomenės sveikatos klausimais (konsultacinės pagalbos teikimas kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, sudarant fizinio pajėgumo grupių sąrašus, pagal galimybes budint sporto renginiuose, dalyvaujant mokyklos vaiko gerovės darbo grupėse, konsultavimas tėvų, mokinių ir kt.);
5. maitinimo organizavimo priežiūros vykdymą (mokinių maitinimo organizavimo tvarką prižiūrintis specialistas vieną kartą per savaitę tikrina, kad maitinimas būtų organizuojamas pagal ugdymo įstaigos vadovo ar jo įgalioto asmens patvirtintus valgiaraščius ir užkandžių asortimento sąrašus, pildo „Valgiaraščio ir mokinių maitinimo atitikties“ žurnalą);
6. ugdymo įstaigos aplinkos atitikties visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų, reglamentuojančių vaikų sveikatos priežiūrą, sveikatos saugą ir stiprinimą, reikalavimams vertinimą.
7. traumų registracijos vykdymą (esant poreikiui teikia informaciją ugdymo įstaigų vadovams apie traumų prevencines priemones).

Informacija apie 2015 m. ugdymo įstaigose vykdytą visuomenės sveikatos priežiūrą pateikiama 4 lentelėje.

4 lentelė. Ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir profesinio mokymo įstaigose pirminės visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vertinimo kriterijai ir jų reikšmės 2015 m.

Funkcija	Kriterijaus pavadinimas	Kriterijaus vertė
Mokinių sveikatos stebėjimas	Mokinių profilaktinių patikrinimų sukauptų ir įvertintų duomenų skaičius (proc.)	99,2 proc.
Užkrečiamųjų ligų epidemiologinės	Patikrintų vaikų ir mokinių dėl asmens higienos, pedikuliozės ir niežų skaičius	12652

priežiūros vykdymas		
Pirmosios pagalbos teikimas ir koordinavimas	Užregistruota mokinių apsilankymų pas visuomenės sveikatos priežiūros specialistą skaičius	
	Iš jų: dėl PP suteikimo	859
	Iš jų: dėl negalavimų (sveikatos sutrikimo)	1963
Konsultavimas	Konsultacijų mokyklos darbuotojams skaičius	1160
	Konsultacijų mokiniams skaičius	908
	Konsultacijų tėvams skaičius	812
Maitinimo organizavimo priežiūros vykdymas	Ugdymo įstaigų, kuriose maitinimo organizavimo priežiūrą vykdo VSPS, skaičius	32 (iš jų 4 ugdymo įstaigų skyriai)
Ugdymo aplinkos atitikties vertinimas	Visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimams vertinimų skaičius	245

Siekiant stiprinti Telšių rajono savivaldybės vaikų ir jaunimo sveikatą, formuoti teisingą jų požiūrį į savo sveikatą, jos išsaugojimą, ugdyti sveikos gyvensenos įgūdžius teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas, 2015 m. Biure be pirminės visuomenės sveikatos priežiūros vykdymo (t.y. vaikų sveikatos stebėsenos, maitinimo organizavimo ugdymo įstaigose priežiūros, aplinkos, ugdymo proceso atitikties teisės aktų reikalavimams vertinimo, užkrečiamųjų ligų epidemiologinės priežiūros), buvo vykdomas ugdymo įstaigų bendruomenių informavimas, konsultavimas įvairiais visuomenės sveikatos klausimais, mokinių (vaikų) sveikos gyvensenos mokymas pagal Biuro išskirtas prioritetines sritis. Buvo atsižvelgiama į vaikų sergamumą, rizikos veiksnių paplitimą bei ugdymo įstaigų poreikius, susijusius su sveikata stiprinančių programų („Sveikatos ugdymo bendroji programa“, „Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programa“, „Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa“), projektų („Sveikatiada“, „Mažųjų olimpiada“ ir kt.) įgyvendinimu (5 lentelė).

5 lentelė. Ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir profesinio mokymo įstaigose pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas ugdomų mokinių visuomenės sveikatos mokymo ir ugdymo vertinimo kriterijai ir jų reikšmės 2015 m.

Eil. Nr.	Kriterijaus pavadinimas	Kriterijaus vertė
1.	Ugdymo įstaigose organizuotų sveikatinimo renginių (paskaitos, pamokos ir kt.) skaičius	1918
2.	Sveikatingumo renginiuose (seminarai, paskaitos ir pan.) dalyvavusių asmenų skaičius	58756
	viso:	
	iš jų: mokinių, ugdomų pagal ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas skaičius	19632
	iš jų: mokinių, ugdomų pagal bendrojo ugdymo programas skaičius	36008
3.	Informuotų* asmenų skaičius	20902

\*Iš sveikatos priežiūros specialisto, vykdančio sveikatos priežiūrą ugdymo įstaigoje, informaciją (žodinę, rašytinę, vaizdinę) sveikatos stiprinimo, ligų ir sužalojimų prevencijos temomis gavusių ugdymo įstaigos bendruomenės (mokyklos darbuotojų, mokinių, tėvų) narių skaičius.

2015 m. visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, vykdančys sveikatos priežiūrą bendrojo ugdymo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose, iš viso inicijavo ir įgyvendino 2449 sveikatos stiprinimo priemones, kuriose dalyvavo 58756 asmenys. Susisteminta informacija apie 2015 m. mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose vykdytą sveikatos ugdymo ir mokymo veiklą pateikiama 6 lentelėje.

6 lentelė. Sveikatos ugdymo ir mokymo renginiai ir leidiniai pagal temas 2015 m.

Renginiai ir leidiniai	Pranešimai, paskaitos, pamokos		Diskusijos, debatai ir kiti aktyvaus mokymo būdai		Konkursai, viktorinos, varžybos ir kiti vieši renginiai		Straipsniai, pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete	Stendai, plakatai	Brošiūros, knygos		Atmintinės, lankstinukai ir kiti leidiniai		
	renginių sk.	dalyvių sk.	renginių sk.	dalyvių sk.	renginių sk.	dalyvių sk.			pavadinimų sk.	tiražas	pavadinimų sk.	tiražas	elektroninių leidinių sk.
Iš viso iš jų:	1043	22801	520	11829	355	24126	119	349	1	140	61	4198	1
Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	221	4352	100	2079	59	3400	48	105	0	0	22	1460	0
Sveika mityba ir nutukimo prevencija	172	2907	60	1399	34	2122	8	43	1	140	5	422	0
Fizinis aktyvumas	26	602	48	1309	130	7671	17	14	0	0	3	170	0
Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	32	1118	52	1507	15	1262	1	8	0	0	1	15	0
Aplinkos sveikata	79	1359	29	699	19	1410	6	28	0	0	0	0	0
Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	40	2392	39	962	14	774	12	23	0	0	6	271	1
Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija	27	790	17	311	6	277	6	8	0	0	0	0	0
Tuberkuliozės profilaktika	1	10	0	0	0	0	0	14	0	0	1	45	0
Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	247	4885	102	2006	16	444	11	64	0	0	14	581	0
Eduonies profilaktika ir burnos higiena	87	1634	22	565	9	314	3	9	0	0	5	960	0
Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	2	66	1	70	0	0	0	1	0	0	0	0	0
Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	94	2446	34	661	34	5070	6	11	0	0	4	274	0
Onkologinių ligų profilaktika	0	0	1	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kitos	15	240	15	211	19	1382	1	21	0	0	0	0	0

### Pagrindinės sveikatos mokymo ir ugdymo sritys ikimokyklinio ugdymo įstaigose:

#### 1. Eduonis ir burnos higiena

Vyko informacijos sklaida apie vaikų dantų eduonies profilaktiką ir burnos higieną, tėvų konsultavimas dėl „Vaikų krūminių dantų dengimo silantais programos“. Vaikams ugdymo įstaigose buvo organzuojami praktiniai užsiėmimai, mokymai – „Kaip taisyklingai prižiūrėti dantukus“.

## 2. Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higienos įgūdžių ugdymas.

Vyko pamokėlės, praktiniai asmens higienos įgūdžių ugdymo užsiėmimai, „Pasaulinės rankų higienos dienos minėjimas“, dalyvavimas respublikiniuose konkursuose „Švarių rankų šokis 2015“ ir kt.

### Pagrindinės sveikatos mokymo ir ugdymo sritys bendrojo ugdymo mokyklose:

#### 1. Lėtinių neinfekcinių ligų profilaktika

Buvo organizuojamos stiprinimo priemonės, skirtos skeleto ir raumenų sistemos sutrikimų prevencijai, regos sutrikimų prevencijai, sveikos mitybos ir nutukimo prevencijai bei fizinio aktyvumo skatinimui. Vyko informacijos sklaida, paskaitos-diskusijos, praktiniai mankštos mokymai, įvairūs fizinį aktyvumą skatinantys renginiai, rizikos grupės vaikų (pagal TLK R29.3; M41) ir tėvų konsultacijos su kineziterapeutu, užsiėmimai baseine, kuprinių svėrimo akcijos pagal SAM rekomendacijas, konsultacijos ir kt.

#### 2. Alkoholio, tabako ir psichotropinių medžiagų vartojimas

Pasitelkiant modernias prevencines priemones tokias kaip „Girtumo akinius“, CO testerius, taip pat pasinaudojant lektorių paslaugomis ugdymo įstaigose buvo organizuojami paskaitų ciklai, viktorinos, vieši renginiai, skirti šios prevencinės srities minėtinoms dienoms paminėti.

Biurui bendradarbiaujant su kitomis institucijomis, ugdymo įstaigose vykdyta prevencinė-tiriamoji veikla dėl narkotinių ir psichotropinių medžiagų paplitimo. Tikslas - aktyviau puoselėti mokyklose nepritarimo narkotikų vartojimui idėją bei tokiu būdu stengtis užkirsti kelią psichotropinių medžiagų plitimui tarp jaunimo. Tai buvo daroma imant aplinkos mėginius, juos testuojant „D4D Pen Test“ testu, leidžiančiu identifikuoti 11 rūšių narkotines medžiagas, bei informuojant suinteresuotas institucijas apie realią esamą situaciją (7 lentelė).

7 lentelė. 2015 m. ugdymo įstaigose vykdyti tyrimai.

Iniciatorius	Laikotarpis	Tyrimo pavadinimas	Tyrimo dalyvausių ugdymo įstaigų skaičius
Lietuvos Respublikos Seimo Sveikatos reikalų komitetas	2015 m. rugsėjo-spalio mėn.	Dėl narkotinių ir psichotropinių medžiagų paplitimo ugdymo įstaigose	11

Iš visų 2015 m. vykdytų prevencinių sveikatos mokymo ir ugdymo priemonių, organizuotų ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir profesinio mokymo įstaigose būtų galima išskirti šią veiklą.

### Lėtinių neinfekcinių ligų profilaktika

#### 1. 2015 m. rugsėjo mėn. (16 renginių, 1210 mokinių).

Pagal Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro rekomendacijas jau ketverius metus iš eilės Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras kartu su kitais savivaldybių visuomenės sveikatos biurais šalies ugdymo įstaigose vykdė kuprinių svėrimo akcijas. Akcijos tikslas - atkreipti mokinių ir jų tėvų dėmesį į mokyklinių kuprinių svorio ir turinio santykį bei galimą sunkios kuprinės poveikį vaiko sveikatai. Akcija vyko – 16 ugdymo įstaigų. Jos metu iš viso buvo pasverta 1210 Telšių miesto ir rajono mokinių kuprinių (594- 1-4 kl., 306- 5 kl., 300 – 6kl., 10 - 7, 10 kl.). Nustatyta, kad 3,47 proc. moksleivių nešioja sunkesnes nei 15 proc. kūno svorio kuprines. Kiekvienam akcijoje dalyvavusiam mokiniui, kurio kuprinės svoris viršijo numatytus reikalavimus,

buvo įteiktas informacinis bukletas „Ar žinai kokia turi būti mokyklinė kuprinė?“ su svėrimo rezultatais ir rekomendacijomis dėl kuprinės svorio, kokybės ir tinkamo nešiojimo.

**2. 2015 m. vasario-balandžio mėn., lapkričio-gruodžio mėn. (27 užsiėmimai, 266 dalyviai).**

Siekiant mažinti vaikų netaisyklingos laikysenos paplitimą ir užkirsti kelią tolimesniam skeleto ir raumenų sistemos sutrikimų vystymuisi, buvo organizuoti rizikos grupės vaikams (5-6 kl. mokiniams, kuriems pagal TLK klasifikaciją nustatyta R29.3; M41) praktiniai užsiėmimai baseine su kineziterapeutu. Jiems ir jų tėvams buvo teiktos individualios visuomenės sveikatos priežiūros specialistų konsultacijos dėl skeleto ir raumenų sistemos sutrikimų vystymosi prevencijos galimybių, sutrikimų korekcijos (mankštų baseine). Dalyviai buvo atrinkti iš 4 Telšių bendrojo ugdymo mokyklų: Telšių „Atžalyno“, Telšių „Kranto“, Telšių „Germanto“ pagrindinių mokyklų ir Telšių Vincento Borisevičiaus gimnazijos.

**Renginiai Jungtinių Tautų, Pasaulio sveikatos organizacijos ir Lietuvos Vyriausybės atmintinos dienoms paminėti:**

**1. Pasaulinės regėjimo dienos minėjimas (spalio 10 d.) (6 renginiai, 145 dalyviai, 12 stendų)**

Minint šią dieną vyko praktiniai akių atpalaidavimo mokymai, informacijos sklaida bendrojo lavinimo mokyklose.

**Burnos ertmės sveikatos gerinimas**

**1. 2015 m. balandžio, gegužės mėn. (3 susirinkimai, 62 dalyviai).**

Ugdymo įstaigose buvo organizuotos paskaitos tėvams tema „Vaikų burnos ertmės priežiūra. Krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programa“. Tikslas - supažindinti tėvus, kaip padėti vaikams tinkamai prižiūrėti burnos ertmę, pasirinkti higienos priemones, pristatyti nemokamą prevencinę „Vaikų krūminių dantų dengimo silantais programą“.

**2. 2015 m. kovo, balandžio, spalio, lapkričio mėn. (106 užsiėmimai, 2137 dalyviai).**

Ugdymo įstaigose buvo organizuojamos praktinės pamokėlės vaikams. Tikslas – mokyti vaikus burnos higienos įgūdžių formavimo pagrindų, praktiškai demonstruojant kaip tinkamai prižiūrėti burnos ertmę ir patikrinant vaikų dantų valymo įgūdžius (demonstracinis - apnašų tikrinimas ir valymas). Tikslinė grupė – ikimokyklinio ugdymo įstaigų auklėtiniai, pradinių klasių mokiniai.

**3. 2015 m. lapkričio mėn. (9 renginiai, 314 dalyvių).**

Ikimokyklinio ugdymo įstaigose organizuotas prevencinis konkursas „Sveiki dantukai“. Tikslas – vykdyti pirminę dantų ėduonies prevenciją.

**Užkrečiamųjų ligų profilaktika**

**1. 2015 m. pagal poreikį (projektas, 7 šeimos).**

Vykdytas projektas „Pedikuliozės prevencija Telšių rajono bendrojo lavinimo mokyklose ir ikimokyklinėse ugdymo įstaigose“. Tikslas - mažinti vaikų sergamumą pedikulioze (utėlėmis) Telšių miesto ir rajono bendrojo lavinimo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose, ugdant vaikų higienos įgūdžius, platinant prevencinę dalomąją medžiagą bei aprūpinant medikamentinėmis priemonėmis nuo pedikuliozės socialiai remtinai ir socialinės rizikos šeimai, kuriose nustatyti užsikrėtimo utėlėmis atvejai.

**2. 2015 m. spalio mėn. (3 renginiai (vaizdo klipo filmavimai)).**

Ugdymo įstaigos prisijungė ir sudalyvavo Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras (ULAC) drauge su Sveikatos apsaugos ministerija (SAM) bei Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos organizuojamame „Švarių rankų šokis 15“. Tikslas – lavinti asmens higienos įpročius ir kūrybiškai pažvelgti į švarių rankų svarbą – sukurti originalų šokį, nufilmuoti ir atsiųsti organizatoriams.



**Renginiai Jungtinių Tautų, Pasaulio sveikatos organizacijos ir Lietuvos Vyriausybės atmintinos dienoms paminėti:**

**1. Pasaulinės rankų higienos dienos minėjimas (gegužės 5 d.). (9 renginiai, 348 dalyviai).**

Ugdymo įstaigose vaikai praktiškai buvo mokomi rankų higienos įgūdžių, vedamos pamokos (akcijos ir kt.) rankų higienos tema.

**2. Pasaulinės AIDS dienos minėjimas (gruodžio 1 d.). (6 renginiai, 277 dalyviai)**

Telšių rajono bendrojo lavinimo mokyklos dalyvavo AIDS dienių paminėti skirtame protų mūšyje – „AIDS geriau žinoti“, kurį organizavo Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras. Dalyvavo 6 ugdymo įstaigų komandos.

**Psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencija**

**1. 2015 m. vasario, lapkričio mėn. (28 paskaitos, 1448 dalyviai)**

Ugdymo įstaigose vykdyti 2 paskaitų ciklai „Ar žalingi įpročiai tavo draugai? Tabakas“ ir „Ar žalingi įpročiai tavo draugai? Alkoholis ir psichotropinės medžiagos“. Tikslas - paminėti ugdymo įstaigose „Tarptautinę nerūkymo dieną“ bei taip kryptingai formuoti mokinių atsisakymo įgūdžius, neigiamą požiūrį į psichoaktyvių medžiagų vartojimą. Tikslinė grupė – 8-10 klasių mokiniai. Lektorius - Lietuvos blaivybės draugijos „Baltų ainiai“ Klaipėdos padalinio pirmininkas A. Šiukšta. Paskaitų metu pasitelkiant kritinį mąstymą buvo formuojama vaikų antipatija psichoaktyvioms medžiagoms, bandoma juos paveikti taip, kad jie patys taptų aktyviais šios prevencijos puoselėtojais, netoleruotų aplinkinių žalingo elgesio.

Eil.Nr.	Data	Ugdymo įstaiga	Dalyvių skaičius
<b>Paskaitų ciklas „Ar žalingi įpročiai tavo draugai? Tabakas“</b>			
1.	2015 02 05	Telšių Vincento Borisevičiaus gimnazija	49
2.	2015 02 05	Telšių r. Viešvėnų pagrindinė mokykla	37
3.	2015 02 05	Telšių r. Luokės gimnazija	45
4.	2015 02 05	Telšių r. Upynos pagrindinė mokykla	19
5.	2015 02 10	Telšių r. Eigirdžių pagrindinė mokykla	46
6.	2015 02 10	Telšių r. Lazdynų Pelėdos gimnazija	54
7.	2015 02 10	Telšių r. Kaunatavos pagrindinė mokykla	28
8.	2015 02 10	Telšių r. Žarėnų „Minijos“ pagrindinė mokykla	21
<b>Paskaitų ciklas „Ar žalingi įpročiai tavo draugai? Alkoholis ir psichotropinės medžiagos“</b>			
1.	2015 11 03	Telšių Vincento Borisevičiaus gimnazija	80
2.	2015 11 03	RPMC Telšių skyrius	82
3.	2015 11 03	Telšių Suaugusiųjų mokyklos Jaunimo skyrius	23
4.	2015 11 03	Telšių r. Nevarėnų pagrindinė mokykla	40
5.	2015 11 09	Telšių r. Tryškių Lazdynų Pelėdos gimnazija	61
6.	2015 11 09	Telšių r. Kaunatavos pagrindinė mokykla	25
7.	2015 11 09	Telšių r. Luokės gimnazija	97
8.	2015 11 10	Telšių Žemaitės gimnazija I	107
9.	2015 11 10	Telšių Žemaitės gimnazija II	
10.	2015 11 10	Telšių r. Žarėnų „Minijos“ pagrindinė mokykla	25
11.	2015 11 10	Telšių „Džiugo“ gimnazija	114
12.	2015 11 10	Telšių „Krantų“ progimnazija	109
13.	2015 11 12	Telšių „Germanto“ pagrindinė mokykla	56

14.	2015 11 12	Telšių „Atžalyno“ pagrindinė mokykla	42
15.	2015 11 12	Telšių r. Viešvėnų pagrindinė mokykla I (mokiniam)	79
16.	2015 11 12	Telšių r. Viešvėnų pagrindinė mokykla II (tėvams)	70
17.	2015 11 13	Telšių r. Varnių Motiejaus Valančiaus gimnazija	34
18.	2015 11 13	VšĮ Telšių regioninis profesinio mokymo centras (RPMC)	36
19.	2015 11 13	Telšių r. Janapolės pagrindinė mokykla	23
20.	2015 11 13	Telšių „Ateities“ pagrindinė mokykla	46

**Renginiai Jungtinių Tautų, Pasaulio sveikatos organizacijos ir Lietuvos Vyriausybės atmintinos dienoms paminėti (Iš viso renginių-29, dalyvių-675).**

**1. Pasaulinės dienos be tabako minėjimas (gegužės 31 d.).**

Visose ugdymo įstaigose vyko paskaitos, renginiai, vykdyta akcija „Gėlė vietoj cigaretės“. Išdalinta apie 200 popierinių gėlių su informacija apie tabako reklamos įtaką, žalą sveikatai.

**2. Tarptautinės nerūkymo dienos minėjimas (lapkričio 15 d.).**

Minint šią dieną lapkričio mėnesį Telšių rajono bendrojo lavinimo mokyklose buvo organizuojamos pamokos, viktorinos, sportinės varžybos, balionų pūtimo akcijos, piešinių parodos ir protų mūšiai.

**KITOS TEMOS (sveikatos saugos ir stiprinimo, fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, psichikos sveikatos gerinimo, lytiškumo ugdymo ir kt.)**

**1. 2015 m. lapkričio 13, 27 d. (2 renginiai, 126 dalyviai).**

Respublikinio mokinių, mokytojų ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistų konkurso „Sveikuolių sveikuoliai“ I etapo Telšių rajone organizavimas. Konkurso tikslas – ugdyti vaikų ir mokinių gebėjimus saugoti ir stiprinti savo ir kitų sveikatą. I etape penkiose amžiaus grupėse rungėsi 20 komandų iš 18 ugdymo įstaigų. Telšių rajoną atstovauti II šio konkurso etape išrinktos šios komandos: ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų grupėje – Telšių lopšelis-darželis „Berželis“, pradinė klasių mokinių grupėje – Telšių „Atžalyno“ pagrindinė mokykla, 5-6 klasių mokinių grupėje – Nevarėnų pagrindinė mokykla, 7-8 klasių mokinių grupėje – Telšių „Ateities“ pagrindinė mokykla, 9-11 klasių mokinių grupėje – Telšių „Džiugo“ gimnazija.

**2. 2015 m. gruodžio 9-16 d. (6 renginiai, 262 dalyviai).**

Siekiant stiprinti paauglių atsakomybę bei žinias bei atsakyti į jiems rūpimus klausimus pagal „Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programą“ 10-11 kl. mokiniams gimnazijose buvo organizuotas paskaitų ciklas tema „Lytinės tapatybės formavimosi aspektai. Asmenybės branda ir seksualumas“. Paskaitas skaitė – gyd. S. Naujokas.

**3. 2015 m. kovo mėn. (10 užsiėmimų, 200 dalyvių).**

Ugdymo įstaigose buvo organizuota Geštalto terapija t.y. praktiniai užsiėmimai mokyklinio amžiaus paaugliams „Aš ir kitas - koks aš santykiyje“. Tikslas - psichinės ir socialinės sveikatos ugdymas, patyčių prevencija. Mokymas pažinti save, atpažinti ir išreikšti savo jausmus, priimti save ir kitą. Įgytos žinios sustiprina dalyvių pasitikėjimą savimi, savęs kaip asmenybės vertinimą. Tikslinė grupė – vyresniųjų klasių mokiniai (11-12 klasių, 3-4 gimnazijos klasių mokiniai).

**4. 2015 m. sausio, lapkričio- gruodžio mėn. (34 akcijos, 5070 dalyvių).**

Bendradarbiaujant su Telšių apskrities vyriausiuoju policijos komisariatu vykdyta atšvaitų tikrinimo akcija – „Aš su atšvaitu saugus“. Akcijos tikslas – didinti vaikų ir suaugusiųjų saugumą tamsiu paros metu. Akcijos metu buvo patikrinti 34 Telšių rajono bendrojo lavinimo mokyklų ir ikimokyklinio ugdymo įstaigų bendruomenių. Iš patikrintų prevencinės akcijos metu 5070 dalyvių,

atšvaitų neturėjo daugiau kaip 1 proc. mokinių. Akcijos metu Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras padovanojo 500 atšvaitų, jų neturintiems moksleiviams.

#### **5. 2015 m. spalio 9 d. (15 renginių, 1800 dalyvių)**

Bendradarbiaujat su Lietuvos grūdų perdirbimo įmonių UAB „Malsena Plus“, suorganizuota t pasaulinė „Košės dienos“ akcija. Akcijoje dalyvavo 15 ugdymo įstaigų.

Ugdymo įstaigose buvo organizuoti renginiai (paskaitos, diskusijos ir kt.) Jungtinių Tautų, Pasaulio sveikatos organizacijos ir Lietuvos Vyriausybės atmintinoms dienoms paminėti:

1. Pasaulinės vandens dienos minėjimas (kovo 22 d.).
2. Pasaulinės sveikatos dienos minėjimas (balandžio 7 d.).
3. Pasaulinės judėjimo sveikatos labui dienos minėjimas (gegužės 10 d.).
4. Pasaulinės širdies dienos minėjimas (rugšėjo mėn.).
5. Pasaulinės diena be automobilio minėjimas ( rugsėjo 22 d.).
6. Europos sveikos mitybos dienos minėjimas (lapkričio 8 d.). ir kt.

### **VI. Visuomenės sveikatos biuro veiklos problemos:**

5.1 Viena iš pagrindinių problemų, su kuriomis susiduriama Biuro veikloje, yra perdidelis darbo krūvis tenkantis vienam visuomenės sveikatos priežiūros specialistui. Vienam mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros specialistui tenka aptarnauti keletą ugdymo įstaigų. Mokinių skaičius ugdymo įstaigose nuolat mažėja, o aptarnaujamų ugdymo įstaigų skaičius ir paslaugų poreikis beveik nekinta, todėl atsiranda žmogiškųjų išteklių trūkumas t.y. kompetentingų ir kvalifikaciją atitinkančių specialistų stygius. Tam turi įtakos neadekvatus darbo krūvio ir atlyginimo tarpusavio santykis. Dėl šios priežasties sunku užtikrinti kokybišką sveikatos mokymo ir ugdymo veiklą ugdymo įstaigose. Tampa sudėtingos sveikatos mokymo organizavimo sąlygos.

5.2 Dar viena problema yra ta, kad nėra patvirtintų modifikuotų visuomenės sveikatos priežiūros specialistų minimalių veiklos (kokybės ir kiekybės) įvertinimo kriterijų reikšmių, leidžiančių objektyviai įsivertinti Biuro veiklos rodiklius be juos palyginti su kitų Biurų veikla.

5.3 Problemą kelia nepakankamas mokinių (vaikų) sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti veiklos finansavimas. Įsteigus etatus pagal rekomendacijas, nepakaktų žmogiškųjų išteklių visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų kokybiškam vykdymui. (Buvo rekomenduojama 1000 miesto arba 500 kaimo mokinių vienas visuomenės sveikatos priežiūros specialisto etatas). Pradėjus teikti visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas ikimokyklinio ugdymo įstaigose, turint rekomenduojamų etatų, nebūtų galimybės atlikti visas numatytas visuomenės sveikatos priežiūros funkcijas tiesiog fiziškai.

5.4 Trūksta konkrečių metodinių rekomendacijų sveikatos priežiūros paslaugų įgyvendinimui bendruomenėse.

5.5 . Nepranykęs pasyvus bendruomenės narių požiūris į sveikatos išsaugojimą ir stiprinimą.

Parengė:

---