

TELŠIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2025 M. VEIKLOS PLANAS

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau tekste – Biuras) yra Lietuvos nacionalinės sveikatos sistemos iš savivaldybės biudžeto iš dalies išlaikoma savivaldybės biudžetinė visuomenės sveikatos priežiūros įstaiga, įgyvendinanti valstybės ar savivaldybės funkcijas. 2025-ųjų metų Biuro veiklos planas nustato tikslus, uždavinius, priemonių įgyvendinimo planą, vertinimo kriterijus, finansavimo šaltinius planui įgyvendinti ir planuojamus rezultatus.

2. Metinis veiklos planas parengtas vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos pateiktais Valstybinių (Valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2025 m. veiklos prioritetais, Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centro parengtu „Visuomenės sveikatos stiprinimo vadovu savivaldybėse“, Telšių rajono savivaldybės 2024-2026 metų strateginiu plėtros planu, Telšių rajono savivaldybės 2023 m. visuomenės sveikatos stebėsenos rezultatais bei tęsiant Biuro pradėtas vykdyti veiklas.

II. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2025-ųjų metų veiklos plano **tikslas** – rūpintis Telšių 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.

Uždaviniai:

1. Organizuoti visuomenės sveikatos priežiūrą Telšių rajono savivaldybės ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo ir profesinio mokymo įstaigose (toliau – Mokykla):
 - 1.1. vykdyti mokinių sveikatos būklės stebėseną;
 - 1.2. ugdyti mokinių sveikos gyvensenos įgūdžius;
 - 1.3. vykdyti visuomenės sveikatos rizikos veiksnių stebėseną ir prevenciją mokykloje;
 - 1.4. organizuoti mokiniams, sergantiems lėtinėmis ligomis, mokinio savirūpai reikalingą pagalbą ugdymo įstaigoje;

- 1.5. vykdyti mokinių maitinimo organizavimo atitikties, maitinimo organizavimo ugdymo įstaigose aprašo priežiūrą (kas 2 savaites);
 - 1.6. vykdyti mokyklos aplinkos rizikos veiksnių vertinimą pagal higienos normas (kas 2 savaites).
2. Stiprinti Telšių rajono suaugusių gyventojų visuomenės sveikatą, formuojant sveikos gyvensenos įgūdžius ir organizuojant sveikatos stiprinimo veiklą, teikiant informaciją konsultacijų, mokymų metu bei pasitelkiant socialinius tinklus, regioninę spaudą, padalomąją informacinę medžiagą.
Visuomenės sveikatos stiprinimas atliekamas šiose poveikio srityse:
 - 2.1. psichikos sveikatos stiprinimas;
 - 2.2. žalingų įpročių – rūkymo, alkoholio, narkotikų prevencija;
 - 2.3. sveikos mitybos skatinimas ir nutukimo prevencija;
 - 2.4. fizinio aktyvumo skatinimas;
 - 2.5. širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevencija;
 - 2.6. traumų ir sužalojimų prevencija;
 - 2.7. užkrečiamųjų ligų, tuberkuliozės prevencija;
 - 2.8. lėtinių neinfekcinių ligų prevencija;
 - 2.9. sveikos aplinkos kūrimas;
 - 2.10. iniciatyvos „Socialinis receptas“ įgyvendinimas.
 3. Didinti visuomenės sveikatos priežiūros specialistų kompetenciją sveikatos stiprinimo klausimais.
 4. Vykdyti Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą).

III. SITUACIJOS ANALIZĖ

1. 2024 metų pradžioje Telšių rajone gyveno 38 844 gyventojai, t. y. 297 gyventojais mažiau nei 2023 m. Neigiamus gyventojų skaičiaus pokyčius galima sieti su neigiamu natūraliu gyventojų prieaugiu.
2. Gimusiųjų skaičius, 1 000 gyventojų, kasmet mažėja: 2019 m. – 7,2, 2020 m. – 9,0 2021 m. – 11,9, 2022 m. – 11,4, 2023 m. – 8,4.
3. Telšių rajono savivaldybėje 2023 m. buvo registruota 593 mirtys, iš jų 294 moterys ir 299 vyrai. Telšių rajono savivaldybėje 2023 m. daugiausia mirčių atvejų buvo užregistruota dėl kraujotakos sistemos ligų (297 mirties atvejai), dėl išeminės širdies ligų (206 mirties atvejai) ir dėl piktybinių navikų (128 mirties atvejai).
4. Nuolatinųjų gyventojų amžiaus struktūra 2024 metų pradžioje buvo: iki 14 m. 13,5 proc., 15-64 m – 64,2 proc., 65 ir vyresni – 22,8 proc. Moterys sudarė 53,4 proc. vyrai - 46,6 proc. populiacijos.

5. 2023 m. Telšių rajone didžiausias sergamumas buvo kraujotakos sistemos (368,74 atv./1 000 gyv.), kvėpavimo sistemos (321,93 atv./1 000 gyv.), virškinimo sistemos (334,32 atv./ 1 000 gyv.), jungiamojo audinio ir raumenų bei skeleto (316,37 atv./1 000 gyv.), endokrininės sistemos (312,75 atv./1 000 gyv.), lytinės ir šlapimo sistemos (230,07 atv./ 1 00 gyv.), nervų sistemos (206,14 atv./ 1 000 gyv.), psichikos ir elgesio sistemos (187,29 atv./1 000 gyv.) sutrikimai. Visi šie, išskyrus kvėpavimo sistemos sutrikimus, rodikliai buvo aukštesni už Lietuvos vidurkius. Augo sergamumas II tipo cukriniu diabetu (Telšių r. – 63,6/10 000 gyv., Lietuvos – 70,00/10 000 gyv.), tačiau rodiklis buvo žemesnis už šalies vidurkį. Asmenų, pirmą kartą pripažintų neįgaliais (Telšių r. – 91,4/10 000 gyv., Lietuvos – 65,7/10 000 gyv.) rodiklis buvo aukštesnis už šalies rodiklį.
6. Iš viso per 2025 m. maudymosi sezoną Telšių rajono savivaldybės paplūdimiuose numatoma atlikti 41 mikrobiologinį ir 28 parazitologinius tyrimus.

IV. PLANO VYKDYMO FINANSAVIMO ŠALTINIAI

1. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos lėšos (valstybės deleguotoms funkcijoms atlikti);
2. Telšių rajono savivaldybės biudžeto lėšos;
3. Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšos;
4. Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšos (laimėjus Regioninės plėtros projektą);
5. Pajamos už teikiamas mokamas paslaugas.

V. PLANO VERTINIMO KRITERIJAI

1. Suteiktų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų skaičius Telšių rajono savivaldybės ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo ir profesinio mokymo įstaigose;
2. Suteiktų visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugų skaičius suaugusiems Telšių rajono savivaldybės gyventojams;
3. Surinktų visuomenės sveikatos stebėsenos rodiklių skaičius.

VI. PRIEMONIŲ ĮGYVENDINIMO PLANAS

1. VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO PRIEMONIŲ PLANAS

Vykdyti sveikatos mokymus, skleisti ir propaguoti informaciją apie sveiką gyvenimą, skatinti įvairių gyventojų grupių atsakomybę už savo sveikatą, formuoti nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažinimą bei kitas visuomenės sveikatos priežiūros teises

aktuose numatytas priemonės, susijusias su sveikatos stiprinimu, teikti informaciją gyventojams apie sveikatinimo priemones ir renginius.

Bendruomenės sveikatos stiprinimo ir ligų profilaktikos programų rengimas, visuomenės sveikatos stiprinimo ir ugdymo priemonių planavimas bei įgyvendinimas savivaldybės teritorijoje, bendradarbiavimas su įvairiomis institucijomis, nevyriausybinėmis organizacijomis bei socialinių partnerių įtraukimas, vykdančių sveikatinimo veiklą.

Svarbiausios veiklos kryptys:

- Sveikos gyvensenos propagavimas – fizinio aktyvumo ir sveikos mitybos skatinimas, žalingų įpročių prevencija;
- Visuomenės psichikos sveikatos stiprinimas ir sutrikimų profilaktika;
- Nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencija;
- Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktika;
- Užkrečiamųjų ligų profilaktika;
- Neinfekcinių ligų profilaktika;
- Iniciatyvos „Socialinis receptas“ įgyvendinimas.

Veiklos kryptys	Planuojamos veiklos 2025 m.	Planuojami pasiekti kriterijai (užsiėmimų sk., dalyvių sk., informavimo veiksmų sk.)
1. Psichikos sveikatos stiprinimas		
Priklausomybės konsultantų paslaugų teikimo organizavimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apsilankymų pas priklausomybių konsultantą skaičius 2. Asmenų, gavusių priklausomybių konsultavimo paslaugas, skaičius 3. Viešinti priklausomybių konsultanto veiklą savivaldybės gyventojams: įstaigose, įmonėse, spaudoje, socialiniuose tinkluose, viešuose vietose ir kt. 	371 apsilankymų 74 asmenų Viešinio - informavimo veiksmų skaičius – 25
Bazinių savižudybių prevencijos mokymų organizavimas Telšių rajono gyventojams	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asmenų, dalyvavusių šiuose mokymuose, skaičius 2. Informacinės medžiagos savižudybių prevencijos ir emocinės paramos temomis parengimas ir viešinimas Telšių rajono gyventojams 	74 asmenys 1 informacinis leidinys
Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo organizavimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Suteiktų individualių ir grupinių konsultacijų trukmė (val.) 2. Psichikos sveikatos stiprinimo veiklą viešinimas socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje, 	1657 val. Viešinio - informavimo veiksmų skaičius – 20

	autobusų laukimo stotelėse, įmonėse/įstaigose	
Psichinės sveikatos gerinimas Telšių rajono gyventojams	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizuoti renginius, skirtus Europos psichikos sveikatos savaitei ir kitoms psichinės sveikatos minimoms dienoms 2. Dėmesingo įsisąmoninimo užsiėmimai 	<p>5 renginiai/konkursai/viktorinos</p> <p>Dalyvių skaičius – 160 Užsiėmimų skaičius – 6</p>
Socialinio recepto iniciatyvos paslaugų organizavimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asmenų, dalyvavusių socialinio recepto iniciatyvoje, skaičius 2. Organizuoti renginius, skirtus Socialinio recepto iniciatyvos dalyviams 3. Informacijos apie socialinio recepto iniciatyvą rengimas ir platinimas socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje ir užsiėmimų metu 4. Aktyviai bendradarbiauti su kultūros, NVO ir kitomis organizacijomis 5. Pagalba asmenims įsitraukusiems į ilgalaikes nemokamas kultūros, sveikatingumo, neformaliojo švietimo ar kitas savivaldybės teritorijoje prieinamas veiklas 	<p>180 asmenų</p> <p>20 renginių/paskaitų</p> <p>Viešinimo - informavimo veiksmų skaičius – 15</p> <p>Pagal poreikį</p> <p>Pagal poreikį</p>
2. Visuomenės sveikatos stiprinimas. Lėtinių neinfekcinių ligų bei traumų profilaktika		
Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių formavimas ir skatinimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asmenų, dalyvavusių praktiniuose užsiėmimuose, kuriuose mokytųsi ruošti sveikus ir subalansuotus patiekalus, atsižvelgiant į vietines maisto tradicijas ir skaičius/užsiėmimų skaičius 2. Sveikatai palankesnių maisto produktų, pažymėtų „Rakto skylutės“ simboliu, skaičius 3. Maisto produktų sudėties gerinimo (cukrų, sočiųjų riebalų ir druskos kiekio mažinimo bei skaidulinių medžiagų kiekio didinimo) skatinimas. Savivaldybės teritorijoje veikiančių įmonių gaminamų maisto produktų sudėties stebėseną 4. Socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje teikti naudingą 	<p>280 asmenų 15 užsiėmimų</p> <p>1 naujas produktas</p> <p>1 kartą metuose</p> <p>Viešinimo - informavimo veiksmų skaičius – 30</p>

	<p>informaciją apie sveikatai palankią mitybą, „Rakto skylute“ pažymėtus produktus, sveikos mitybos svarbą</p> <p>5. Suorganizuoti renginį, skirtą Europos sveikos mitybos dienai</p> <p>6. Suorganizuoti renginį, skirtą Pasaulinei vandens dienai</p>	<p>1 renginys</p> <p>1 renginys</p>
Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas bendruomenėse	<p>1. Asmenų, dalyvavusių traumų ir sužalojimų prevencijos užsiėmimuose, skaičius</p> <p>2. Vykdyti privalomuosius pirmosios pagalbos mokymus</p> <p>3. Socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje teikti naudingą informaciją nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencijos tema</p> <p>4. Socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje bei dalinant padalomąją informacinę medžiagą, teikti naudingą informaciją nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencijos tema vyresnio amžiaus asmenims (65+ metų amžiaus)</p> <p>5. Organizuoti akciją „Saugus vasaros poilsis prie vandens telkinių“ (Germanto, Lūksto ežerų paplūdimiuose)</p> <p>6. Pravesti socialinės rizikos grupės mamoms pirmos pagalbos mokymus apie vaikų patiriamas traumas</p>	<p>150 asmenų</p> <p>220 asmenų</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius - 12</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius - 15</p> <p>3 renginiai</p> <p>Pagal poreikį</p>
Gyventojų fizinio aktyvumo skatinimas	<p>1. Asmenų (18 – 64 metų amžiaus) dalyvavusių reguliariuose fizinio aktyvumo užsiėmimuose, skaičius</p> <p>2. Sveiko senėjimo skatinimas. Vyresnio amžiaus (65 metų ir daugiau) asmenų, dalyvavusių reguliariuose fizinio aktyvumo užsiėmimuose – mankštose, kurios vyksta pagal numatytą programą – „Mobilumo ir pusiausvyros pratybos“, skaičius</p> <p>3. Skatinti Telšių rajono gyventojus aktyviai naudotis įrengtomis sporto aikštelėmis</p> <p>4. Platinti informaciją apie fizinio aktyvumo naudą sveikatai.</p>	<p>3100 asmenų</p> <p>200 asmenų</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius - 5</p>

	Viešinti biuro organizuojamus fizinio aktyvumo renginius	Informavimo veiksmų skaičius - 45
Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto prevencija	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asmenų, baigusių Sveikatos stiprinimo programą, skaičius 2. Vykdyti edukacines veiklas apie širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto rizikos veiksnius, skatinti sveiką gyvenseną 3. Informacijos apie širdies ir kraujagyslių ligas ir cukrinį diabetą, jų prevenciją rengimas ir platinimas socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje ir užsiėmimų metu 4. Organizuoti renginius arba platinti informaciją, susijusią su Europos širdies nepakankamumo diena, Pasauline hipertenzijos diena, Pasauline širdies diena 	<p>30 asmenų</p> <p>Pagal poreikį</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius – 15</p> <p>1 renginys, Informavimo veiksmų skaičius 3</p>
Burnos higienos užsiėmimų organizavimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asmenų, dalyvavusių burnos higienos užsiėmimuose, skaičius 2. Burnos higienos užsiėmimų skaičius 3. Socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje bei dalinant padalomąją informacinę medžiagą, teikti naudingą informaciją apie burnos higieną. 4. Parengti straipsnį/pranešimą/paskaitą, skirtą pasaulinei burnos sveikatos dienai 	<p>20 asmenų</p> <p>2 užsiėmimai</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius – 5</p> <p>1 renginys/pranešimas/straipsnis</p>
Žalingų įpročių prevencija	<ol style="list-style-type: none"> 1. Socialiniuose tinkluose bei vietinėje spaudoje platinti informaciją apie žalingų įpročių prevenciją 2. Dalyvavimas akcijoje „Obuolys vietoj cigaretės“ ir kt. 3. Vykdyti privalomuosius alkoholio, narkotinių ir psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo poveikio žmogaus sveikatai mokymus 4. Užsiėmimas/diskusija su socialinės rizikos asmenimis apie žalingų įpročių prevenciją, kartu bendradarbiaujant atvejų vadybininkėmis 	<p>Informavimo veiksmų skaičius – 10</p> <p>Paskelbus akciją</p> <p>Pagal besikreipiančiųjų poreikį</p> <p>Pagal poreikį</p>

	5. Organizuoti paskaitas/diskusijas apie rūkymo ir alkoholio prevenciją	Paskaitos 5 Dalyvių 50
3. Užkrečiamųjų ligų profilaktika		
Užkrečiamųjų ligų prevencijos skatinimas ir supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dalintis informacija apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje 2. Įstaigose/organizacijose, Telšių rajono bendruomenėse vesti užsiėmimus užkrečiamųjų ligų prevencijos, asmens higienos temomis 3. Skleisti informaciją socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje tuberkuliozės profilaktikos tema 4. Bendradarbiaujant su Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Telšių departamentu surengti paskaitą apie tuberkuliozės profilaktiką. 5. Dalintis informacija socialiniuose tinkluose, miesto bendruomenės susibūrimo vietose skiepijimo nuo užkrečiamųjų ligų tema 6. Organizuoti protų kautynes AIDS dienos paminėjimo ir supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimo tema, bei tuberkuliozės prevencijos tema 	<p>Informavimo veiksmų skaičius – 7</p> <p>30 asmenų</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius – 3</p> <p>1 renginys</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius – 5</p> <p>2 renginiai</p>
4. Lėtinių neinfekcinių ligų prevencija		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Vykdyti tikslinės populiacijos onkologinių ligų profilaktiką, skatinant Telšių rajono gyventojus aktyviai dalyvauti nemokamose prevencinėse programose 2. Su sveikata susijusių pasaulinių ir tarptautinių dienų minėjimas socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje 3. Teikti informaciją apie POLA (Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija), POLA 	<p>Informavimo veiksmų skaičius – 5</p> <p>Pagal poreikį</p> <p>Informavimo veiksmų skaičius – 5</p>

	kortelių išsigijimą bei jų naudą, bei platinti POLA leidinius	Kitos paslaugos (platinimas, konsultavimas) – pagal poreikį
Prioritetinės sveikatinimo veiklos Telsių rajono gyventojams		
Vyresnio amžiaus gyventojų sveikatos stiprinimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizuoti „Senjorų sveikatos klubą“, kuriame vyks praktiniai ir teoriniai užsiėmimai sveikos gyvensenos temomis 2. Teoriniai ir praktiniai užsiėmimai griuvimų prevencijos tema. Informacijos teikimas apie saugų ėjimą (ledas, sniegas), lūžių prevencija 3. Atsargus elgesys kelyje, gatvėje, atšvaitų dalinimo akcija 4. Saulės smūgių, perkaitimų prevencija, saugus elgesys gamtoje 5. Futbolo vaikščiojant užsiėmimai 6. Senjorų regbio treniruotės/turnyras 	200 dalyvių
Klimato ir sveikatos dirbtuvės	<ol style="list-style-type: none"> 1. Edukacinis seminaras apie klimato kaitos įtaką sveikatai ir sprendimus kaip prisidėti prie aplinkos išsaugojimo 2. Protų kautynės klimato kaitos tema 3. Bendras renginys su jaunimo centru, siekiant ugdyti sąmoningumą klimato kaitos ir aplinkosaugos temomis 	1 seminaras 1 renginys
Bendruomenių ir NVO sveikatinimo renginiai	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizuoti bendruomenėse ir NVO renginius, kuriuose būtų teikiama informacija apie sveikatos stiprinimą, onkologinių programų prevenciją, lėtinių neužkrečiamųjų ligų prevenciją: atlikti sveikatos rodiklių patikrinimus naudojant kūno sudėties analizatorių, kraujo spaudimo matuoklį, regos patikras, jėgos dinamometrą ir kt. inovatyvias priemones. Skatinti mobilių sveikatos programėlių naudojimą 2. Mokyti bendruomenės narius tapti sveikatos ambasadoriais, kurie skleistų sveikatos žinias ir skatintų sveiką gyvenseną savo aplinkoje 	5 bendruomenės Pagal poreikį
Bendradarbiavimo tarp institucijų skatinimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Naujų bendradarbiavimo galimybių paieška ir stiprinimas, 	2 nauja bendradarbiavimo sutartis

	<p>sudarant naujas bendradarbiavimo sutartis, vykdant sveikatos stiprinimo veiklas arba atnaujinant jau sudarytas sutartis, įtraukiant papildomas veiklas ir pan.</p> <p>2. Inicijuoti bendradarbiavimą su Telšių rajono ASPĮ.</p>	1 atnaujinta bendradarbiavimo sutartis
Sveikatos veiklų organizavimas Telšių rajono įmonėse ir įstaigose	<p>1. Sveikos mitybos skatinimo užsiėmimai (sveikos mitybos iššūkis įstaigose)</p> <p>2. Sveikatos rodiklių patikros</p> <p>3. Informacijos teikimas apie širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevenciją</p>	Pagal poreikį
Sveikatos stiprinimo renginiai	<p>1. Šeimų žygis minint Tarptautinę šeimų dieną: sveikatos stotelės, estafetės, veiklos šeimoms</p> <p>2. Organizuoti dviračių iššūkį gegužės mėn., o birželio 3 d. – Pasaulinę dviračių dieną, surengti baigiamąjį renginį</p> <p>3. Miesto šventės renginiai: rytinės mankštos, sveiki pusryčiai ir kitos aktyvios veiklos</p> <p>4. Organizuoti renginį „Sveika šeima – sveika visuomenė“, skirtą pasaulinei sveikatos dienai, kuriame dalyvautų visi šeimos nariai</p>	
Visuomenės sveikatos stiprinimo viešinimo veikla	1. Socialiniuose tinkluose ir vietinėje spaudoje viešinti biuro vykdomą veiklą ir informacinę medžiagą	Informavimo veiksmų skaičius – 560

2. VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENOS (MONITORINGO) PRIEMONIŲ PLANAS

Visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą) – sistemingai atliekamas visuomenės sveikatos būklės stebėjimas, duomenų apie sveikatą veikiančius rizikos veiksnius rinkimas, kaupimas, susistemimas, analizė ir vertinimas. Visuomenės sveikatos stebėsenos (monitoringo) duomenys teikiami visuomenei ir atitinkamoms institucijoms.

Veiklos kryptys	Planuojamos veiklos 2025 m.	Planuojami pasiekti kriterijai (užsiėmimų sk., dalyvių sk., informavimo veiksmų sk.)
Vandens monitoringas:	Telšių rajono maudyklų vandens mikrobiologiniai ir paplūdimio smėlio parazitologiniai tyrimai	Planuojama atlikti 41 mikrobiologinius

		tyrimus ir 28 parazitologinius tyrimus, informacijos viešinimas vietinėje spaudoje, biuro tinklapyje.
Savivaldybės stebėsenos ataskaita:	Parengti stebėsenos ataskaitą, pagal visuomenės sveikatos informacinę sistemą	Ataskaitos pristatymas rajono tarybai, viešinimas biuro tinklapyje.

7. VAIKŲ IR JAUNIMO SVEIKATOS STIPRINIMO PRIEMONIŲ PLANAS

Tikslas – vykdyti sveikatos priežiūrą mokyklose ir ikimokyklinėse ugdymo įstaigose, padėti mokiniams saugoti ir stiprinti sveikatą, organizuojant ir įgyvendinant priemones, susijusias su ligų ir traumų profilaktika.

Uždaviniai:

- Užtikrinti sveikatos priežiūros kokybę, kuriant sveikatai palankią aplinką mokyklose ir ikimokyklinėse ugdymo įstaigose, stiprinant mokinių sveikatą, šalinant rizikos veiksnius, galinčius sukelti sveikatos sutrikimus.
- Ugdyti mokinių požiūrį į sveikatą, formuojant sveikos gyvensenos įgūdžius.
- Užtikrinti sklandų mokinių savirūpos proceso organizavimą ugdymo įstaigose.

Veiklos kryptys	Planuojamos veiklos 2025 m.	Planuojami pasiekti kriterijai (užsiėmimų sk., dalyvių sk., informavimo veiksmų sk.)
Sveikos gyvensenos propagavimas:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mokyklų, įsijungusių į Sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą, veiklos vykdymas 2. Mokyklų, įsijungusių į „Aktyvi mokykla“ tinklą, veiklos vykdymas 3. Vykdyti vaikų ir jaunimo sveikatos būklės stebėseną 4. Konkursas „Sveikiausia ikimokyklinio ugdymo grupė rajone“ 5. Vasaros sveikos gyvensenos stovyklos organizavimas 6. Pavasario atostogų metu sveikos gyvensenos stovyklos organizavimas 	<p>1 k. per metus</p> <p>8 ugdymo įstaigos</p> <p>60 dalyvių.</p> <p>60 dalyvių</p>

Sveikos mitybos organizavimo tobulinimas, ir maisto švaistymo mažinimas, sveikos mitybos skatinimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sveikos mitybos skatinimo užsiėmimai. 2. Telėių rajono savivaldybės ugdymo įstaigų visuomenės sveikatos priežiūros specialistų veiklos, susijusios su maitinimo organizavimu patikrinimas 3. Sveikatai palankios mitybos užsiėmimų organizavimas 4. Europos sveikos mitybos dienos minėjimas rajono ugdymo įstaigose 	<p>6000 dalyvių</p> <p>12 specialistų</p> <p>310 užsiėmimų</p> <p>19 ugdymo įstaigų</p>
Fizinio aktyvumo skatinimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Netaisyklingos laikysenos ir plokėėiapėdytės profilaktikos užsiėmimai 2. Kitokios kūno kultūros pamokos veiklos organizavimas. 3. „Aktyvi pertrauka“ renginių organizavimas 	<p>10 ikimokyklinių ugdymo įstaigų</p> <p>10 ugdymo įstaigų</p> <p>9 ugdymo įstaigos</p>
Burnos higienos užsiėmimų organizavimas tikslinėse grupėse	<ol style="list-style-type: none"> 1. Burnos higienos ir ėduonies profilaktikos užsiėmimų organizavimas 2. Paskaitų organizavimas tėvams vaikų burnos higienos tema 3. Informacijos, apie vaikų krūminių dantų silantavimą, vieėinimas 	<p>2800– dalyvių</p> <p>192 – užsiėmimų</p> <p>Pagal poreikį</p> <p>Biuro FB, informacijos sklaida ugdymo įstaigose</p>
Psichikos sveikatos stiprinimas ir žalingų įpročių prevencija:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Užsiėmimų organizavimas „Streso valdymas prieš egzaminus“. 2. Užsiėmimų organizavimas „Elektroninės cigaretės ir kiti žalingi įpročiai“. 3. Renginių „Pasaulinei dienai be tabako“, „Tarptautinei nerūkymo dienai paminėti“ organizavimas. 4. Užsiėmimų apie patyčias organizavimas 5. Periodinis ugdymo įstaigų testavimas dėl narkotinių medžiagų. 6. Paskaitų organizavimas „Psichiką veikiančių medžiagų prevencija“ 	<p>Pagal poreikį</p> <p>11 ugdymo įstaigų</p> <p>Pagal poreikį</p>
Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas. Užkrečiamųjų ligų profilaktika	<ol style="list-style-type: none"> 1. Užkrečiamųjų ligų ir tuberkuliozės profilaktinių užsiėmimų organizavimas 2. Informacinių praneėimų apie užkrečiamųjų ligų profilaktiką. 3. Protų mūėio „Ar viską žinai apie AIDS“ organizavimas 	<p>3300 dalyvių</p> <p>190 užsiėmimų</p> <p>Pagal poreikį</p> <p>11 ugdymo įstaigų</p>
Sveikos aplinkos kūrimas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Akcijos „Aė žinau, kiek sveria mano kuprinė“ organizavimas 2. Atmintinių rengimas „Aė žinau, kiek sveria mano kuprinė“ 	<p>10 ugdymo įstaigų</p> <p>Pagal poreikį</p> <p>19 ugdymo įstaigų</p>

	<ul style="list-style-type: none"> 3. Atšvaitų tikrinimo ir dalijimo akcija ugdymo įstaigose 4. Protų mūšio vandens dienos paminėti organizavimas. 	5 ugdymo įstaigos
Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviais medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas ir žalingų įpročių prevencija	<ul style="list-style-type: none"> 1. Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviais medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas, grupių sudarymas 2. Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviais medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas, informacijos sklaida Telšių rajone 3. Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviais medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, programos pristatymas 	<p>19 asmenų</p> <p>5 informacinių pranešimų</p> <p>11 ugdymo įstaigų</p>
Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas mokyklose	<ul style="list-style-type: none"> 1. Traumų ir sužalojimų prevencija ugdymo įstaigose 2. Pirmosios pagalbos mokymai ugdymo įstaigos bendruomenei 3. Pirmosios pagalbos informacijos viešinimas 4. Akcija „Matyk ir būk matomas“ organizavimas 5. Saugaus eismo paskaitų organizavimas 	<p>3140 dalyviai</p> <p>190 užsiėmimų</p> <p>28 informaciniai pranešimai</p> <p>Visos įstaigose</p> <p>Ikimokyklinis ir pradinis ugdymas</p>
Mokinių lytiškumo ugdymas ir rengimas šeimai	Lytiškumo, neplanuoto nėštumo ir lytiškai plintančių ligų paskaitų organizavimas	Pagal poreikį
Mokinių savirūpos proceso organizavimas	Koordinuoti mokinių savirūpos proceso organizavimą ugdymo įstaigose. (pagal poreikį)	Pagal poreikį
Mokinių visuomenės sveikatos priežiūros viešinimo veikla	Vykusių renginių viešinimas internetinėje svetainėje ir žiniasklaidoje	230 – straipsniai, informaciniai pranešimai

VII. PLANUOJAMI REZULTATAI

1. Organizuojant visuomenės sveikatos priežiūrą Telšių rajono ugdymo įstaigose bus surinkti duomenys apie jas lankančių vaikų sveikatą, rizikos veiksnius. Ugdant vaikų ir jaunimo sveikos gyvensenos įgūdžius, pagerės jų žinios apie rizikos veiksnius, o tai leis išsaugoti ir sustiprinti jų sveikatą. Pradėjus organizuoti mokiniams, sergantiems lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis, mokinio savirūpai reikalingą pagalbą ugdymo įstaigose, bus užtikrintas koordinuotas atsakingų asmenų tinkamas šios pagalbos teikimas, vaikai turės sąlygas pasirūpinti savo sveikata.

2. Vykdamas biuro visuomenės sveikatos stiprinimo veiklas, bus atliktas poveikis Telšių rajono gyventojų sveikatos stiprinimui aktualiausiose sveikatos stiprinimo srityse: psichinės sveikatos stiprinimas, sveikos mitybos skatinimas, fizinio aktyvumo skatinimas, širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevencija, užkrečiamųjų ir lėtinių neinfekcinių ligų profilaktika, traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija, žalingų įpročių prevencija, visuomenės raštingumo didinimas nėštumo krizių atpažinimo valdymo ir įveikos klausimais.

3. Visuomenės sveikatos stebėsenos savivaldybėje tikslas – nuolat rinkti, analizuoti ir interpretuoti visuomenės sveikatą apibūdinančius rodiklius bei tinkamai informuoti savivaldybės politikus, siekiant efektyvaus valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) bei savarankiškų visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų įgyvendinimo savivaldybės teritorijoje. Savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitos tikslas – pateikti pagrindinius savivaldybės gyventojų sveikatą atspindinčius rodiklius, jų dinamiką ir jų pagrindu pateikti rekomendacijas bei prioritetas kryptis savivaldybės plėtros plano siekiniams, strateginio veiklos plano priemonėms. Vykdamas Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną bus surinkti, išanalizuoti ir interpretuoti duomenys apie savivaldybės bendruomenės sveikatos būklę, sveikatos rizikos veiksnius. Ši informacija leis tiksliau planuoti ir įgyvendinti savivaldybės visuomenės sveikatos gerinimo priemones Biuro veikloje.

4. Keliant Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistų kvalifikaciją, Telšių rajono gyventojams bus teikiamos aukštesnės kokybės paslaugos.

Parengė: Loreta Martinaitienė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos stiprinimą;
Dovilė Pocienė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos stiprinimą;
Sandra Valančienė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos stebėseną;
Kamilė-Marija Šiušė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči vaikų ir jaunimo
sveikatos priežiūrą;
Monika Jurgutytė, Socialinio recepto koordinatore.