

TELŠIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2026 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 2024 m. visuomenės sveikatos stebėsenos rezultatais bei tęsiant Biuro pradėtas vykdyti veiklas.

II. TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2026-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. 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;
5. Pajamos už teikiamas mokamas paslaugas.

IV. 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.

V. PRIEMONIŲ ĮGYVENDINIMO PLANAS

1. VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO PRIEMONIŲ PLANAS

Vykdyti sveikatos mokymus, skleisti ir propaguoti informaciją apie sveiką gyvenseną, skatinti įvairių gyventojų grupių atsakomybę už savo sveikatą, formuoti nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažinimą bei kitas visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktuose numatytas priemones, 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, nevyriausybėmis 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 2026 m.	Planuojami pasiekti kriterijai (užsiėmimų sk., dalyvių sk., informavimo veiksmų sk.)
PSIHIKOS SVEIKATOS STIPRINIMAS		
Priklausomybės konsultantų paslaugų teikimo organizavimas	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.	368 apsilankymų 70 asmenų Viešinimo - informavimo veiksmų skaičius – 25
Bazinių savižudybių prevencijos mokymų organizavimas Telšių rajono gyventojams	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	1. Suteiktų individualių ir grupinių konsultacijų trukmė (val.); 2. Psichikos sveikatos stiprinimo veiklų viešinimas socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje, autobusų laukimo stotelėse, įmonėse/įstaigose	1642 val. Viešinimo - informavimo veiksmų skaičius – 20
Psichinės sveikatos gerinimas Telšių rajono gyventojams	1. Organizuoti renginius, skirtus Europos psichikos sveikatos savaitei ir kitoms psichinės sveikatos minimoms dienoms; 2. Garsų terapijos užsiėmimai; 3. Judesio terapija; 4. Meno terapija (taškavimas)	5 renginiai/konkursai/viktorinos 2 ciklai per metus 1 ciklas 3 užsiėmimai
Socialinio recepto iniciatyvos paslaugų organizavimas	1. Asmenų, dalyvavusių socialinio recepto iniciatyvoje, skaičius 2. Organizuoti renginius, skirtus Socialinio recepto iniciatyvos dalyviams; 3. Informacijos apie socialinio recepto iniciatyvą rengimas ir platinimas	180 asmenų 20 renginių/paskaitų Viešinimo - informavimo veiksmų skaičius – 15

	socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje ir užsiėmimų metu; 4. Aktyviai bendradarbiauti su kultūros, NVO ir kitomis organizacijomis; 5. Pagalba asmenims įsitraukusiems į ilgalaikės nemokamos kultūros, sveikatingumo, neformaliojo švietimo ar kitas savivaldybės teritorijoje prieinamas veiklas	Pagal poreikį Pagal poreikį
VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMAS. LĖTINIŲ NEINFEKCINIŲ LIGŲ BEI TRAUMŲ PROFILAKTIKA		
Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių formavimas ir skatinimas	1. Asmenų, dalyvavusių praktiniuose užsiėmimuose, kuriuose mokytųsi ruošti sveikus ir subalansuotus patiekalus, atsižvelgiant į vietinės 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 informaciją apie sveikatai palankią mitybą, „Rakto skylutę“ pažymėtus produktus, sveikos mitybos svarbą; 5. Suorganizuoti renginį, skirtą Europos sveikos mitybos dienai; 6. Suorganizuoti renginį, skirtą Pasaulinei vandens dienai	260 asmenų 14 užsiėmimų 1 naujas produktas 1 kartą metuose Viešinimo - informavimo veiksmų skaičius – 30 1 renginys 1 renginys
Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas bendruomenėse	1. Asmenų, dalyvavusių traumų ir sužalojimų prevencijos užsiėmimuose, skaičius; 2. Socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje teikti naudingą informaciją nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencijos tema; 3. Socialiniuose tinkluose, vietinėje spaudoje bei dalinant padalomąją informacinę medžiagą, teikti naudingą informaciją nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencijos tema vyresnio amžiaus asmenims (65+ metų amžiaus);	150 asmenų Informavimo veiksmų skaičius - 12 Informavimo veiksmų skaičius - 15

	4. Organizuoti akciją „Saugus vasaros poilsis prie vandens telkinių“ (Germanto, Lūksto ežerų paplūdimiuose)	1 renginiai
Gyventojų fizinio aktyvumo skatinimas	1. Asmenų (18 – 64 metų amžiaus) dalyvavusių reguliariuose fizinio aktyvumo užsiėmimuose, skaičius; 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; 3. Skatinti Telšių rajono gyventojus aktyviai naudotis įrengtomis sporto aikštelėmis; 4. Platinti informaciją apie fizinio aktyvumo naudą sveikatai. Viešinti biuro organizuojamus fizinio aktyvumo renginius	150 asmenų 60 asmenų Informavimo veiksmų skaičius - 5 Informavimo veiksmų skaičius - 45
Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto prevencija	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	30 asmenų Pagal poreikį Informavimo veiksmų skaičius – 15 1 renginys, Informavimo veiksmų skaičius 3
Burnos higienos užsiėmimų organizavimas	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	30 asmenų 3 užsiėmimai Informavimo veiksmų skaičius – 6 1 renginys/pranešimas/straipsnis

Žalingų įpročių prevencija	1. Socialiniuose tinkluose bei vietinėje spaudoje platinti informaciją apie žalingų įpročių prevenciją; 2. Dalyvavimas akcijoje „Obuolys vietoj cigaretės“ ir kt.; 3. Užsiėmimas/diskusija su socialinės rizikos asmenimis apie žalingų įpročių prevenciją, kartu bendradarbiaujant atvejų vadybininkėmis; 4. Organizuoti paskaitas/diskusijas apie rūkymo ir alkoholio prevenciją	Informavimo veiksmų skaičius – 10 Paskelbus akciją Pagal poreikį Paskaitos 2 Dalyvių 40
UŽKREČIAMŲJŲ LIGŲ PROFILAKTIKA		
Užkrečiamųjų ligų prevencijos skatinimas ir supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas	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. Bendradarbiaujant su Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Telšių departamentu surengti paskaitą apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms; 4. Dalintis informacija socialiniuose tinkluose, miesto bendruomenės susibūrimo vietose skiepijimo nuo užkrečiamųjų ligų tema; 5. Organizuoti protų kautynes AIDS dienos paminėjimo ir supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimo tema, bei tuberkuliozės prevencijos tema	Informavimo veiksmų skaičius – 8 40 asmenų 1 renginys Informavimo veiksmų skaičius – 5 1 renginys
LĖTINIŲ NEINFEKCINIŲ LIGŲ PREVENCIJA		
	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;	Informavimo veiksmų skaičius – 5 Pagal poreikį

	3. Teikti informaciją apie POLA (Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija), POLA kortelių išsigijimą bei jų naudą, bei platinti POLA leidinius.	Informavimo veiksmų skaičius – 5 Kitos paslaugos (platinimas, konsultavimas) – pagal poreikį
PRIORITETINĖS SVEIKATINIMO VEIKLOS TELŠIŲ RAJONO GYVENTOJAMS		
Vyresnio amžiaus gyventojų sveikatos stiprinimas	1. Įkurti ir vykdyti „Ilgaamžių klubą“, kuriame būtų organizuojami praktiniai bei teoriniai užsiėmimai sveikos gyvensenos ir savirūpos temomis. Teoriniai ir praktiniai užsiėmimai griuvimų prevencijos tema. Informacijos teikimas apie saugų ėjimą (ledas, sniegas), lūžių prevencija. Onkologinių ligų prevencijos temos, širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos teoriniai ir praktiniai užsiėmimai; atminties lavinimo žaidimai; Arbatos diskusijos ratas (vienatvės mažinimas) 2. Atsargus elgesys kelyje, gatvėje, atšvaitų dalinimo akcija; 3. Saulės smūgių, perkaitimų prevencija, saugus elgesys gamtoje; 4. Organizuoti pažintines naujo pobūdžio fizinio aktyvumo treniruotes (regbis, futbolas, Pilates ir kitos); 5. Senjorų žygis „Miško takais“; 6. Aktyvaus pobūdžio renginys „Kartų susitikimas“ (jaunimas + senjorai). Organizuoti kartu su Telšių atviro jaunimo centro darbuotojais ir lankytojais	Apie 30 dalyvių Pagal poreikį 30 dalyvių 50 dalyvių 30 dalyvių 1 renginys
Tuberkuliozės prevencija ir kitos užkrečiamos ligos	1. Rengti informacines išvykas į socialines ir sveikatos priežiūros įstaigas bei pažeidžiamas bendruomenes (senelių globos namai, socialinių paslaugų centras, nakvynės ir savarankiško gyvenimo namai ir pan., vykdant tuberkuliozės prevencijos edukaciją ir skatinant gyventojus profilaktiškai tikrintis sveikatą. 2. Taikyti įtraukiančius švietimo metodus – organizuoti protmūšius, viktorinas ar kitus interaktyvius užsiėmimus, siekiant didinti informuotumą apie tuberkuliozės prevenciją; 3. Bendradarbiaujant su Nacionaliniu visuomenės sveikatos centru prie Sveikatos apsaugos ministerijos, Telšių departamentu, sukurti informacinį leidinį tuberkuliozės sergamumo ir prevencijos tema, kurį platinti	6 išvykos 6 išvykos 1 leidinys

	spaudoje, stotelėse, miestiniuose autobusuose, seniūnijose ir pan.	
Širdies ir kraujagyslių ligų prevenciniai renginiai	1. Sveikos mitybos savaitė „Valgau sąmoningai“ Tikslas: mažinti nutukimo ir metabolinių ligų riziką. Veiklos: • Praktinė paskaita „Kaip skaityti maisto etiketes?“ • Cukraus kiekio gėrimuose demonstracija • Sveikų užkandžių gaminimo dirbtuvės • „Sveikiausio patiekalo“ konkursas bendruomenėje; 2. Renginių metu atlikti kraujospūdžio, gliukozės, kūno sudėties matavimus, individualios rizikos vertinimą, konsultuoti apie fizinį aktyvumą ir mitybą; 3. Bendradarbiaujant su Telšių PSPC gyvensenos medicinos specialiste, surinkti tikslinę vyrų grupę, širdies ir kraujagyslių ligų prevencijai ir fizinio aktyvumo skatinimui; 4. „Pažink savo sveikatą“ diena darbingo amžiaus žmonėms, atlikti liemens apimties matavimus, kūno sudėties analizę, rizikos klausimynų pildymą (diabetui, širdies ligoms), bei konsultuoti apie darbo–poilsio balansą; 5. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto prevencinių programų įgyvendinimas, nuo miesto nutolusiose vietovėse;	Savaitės renginiai Pagal poreikį Pasaulinę darbuotojų saugos ir sveikatos dieną
Bendradarbiavimo tarp institucijų skatinimas	1. Naujų bendradarbiavimo galimybių paieška ir stiprinimas, sudarant naujas bendradarbiavimo sutartis, vykdant sveikatos stiprinimo veiklas arba atnaujinant jau sudarytas sutartis, įtraukiant papildomas veiklas ir pan.	2 naujos bendradarbiavimo sutartys
Sveikatos veiklų organizavimas Telšių rajono įmonėse ir įstaigose	1. Saugios darbo vietos kūrimas, mažinant aukštą neįgalumo lygį: pirmos pagalbos praktiniai mokymai, traumų prevencija su kineziterapeutu; 2. Skelbiamas konkursas, kurio metu įmonės, per tam tikrą laikotarpį, pasirinktu formatu, pristato, kodėl yra verta sveikos įmonės vardo. Laimėję gauna sveikatinimosi paslaugų ciklą (mankštos, dietologo konsultacijos, baseino abonementas ir pan.)	Pagal poreikį 1 konkursas
Sveikatos stiprinimo renginiai	1. Organizuoti dviračių iššūkį, vasaros laikotarpiu;	50 dalyvių 50 dalyvių

	- Organizuoti renginį „Sveika šeima – sveika visuomenė“, bendradarbiaujant su Telšių sporto ir rekreacijos centru; - Organizuoti renginį „Mama- mums rūpi“, skirtą paminėti pasaulinei mamų psichikos sveikatos dienai; - Kaimo bendruomenių konkursas „Sveikiausia kaimo bendruomenė“. Skelbiamas konkursas, kurio metu bendruomenės, per tam tikrą laikotarpį, pasirinktu formatu, pristato, kodėl yra verta sveikos bendruomenės vardo, laimėję gauna sveikatinimosi paslaugų ciklą (mankštos, dietologo konsultacijos, baseino abonementas ir pan.)	20 dalyvių
Projektinių veiklų įgyvendinimas	„Lėtinių neinfekcinių ligų prevencijos bei psichologinės gerovės paslaugų prieinamumo didinimas Telšių rajono gyventojams; „Kompleksinių ir integruotų, mokslu pagrįstų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumo užtikrinimas, bazinių visuomenės sveikatos paslaugų tikslinėms grupėms teikimas“; - Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos sveikatos projekto/aplinkos	Planuojama įgyvendinti 17 renginių, kuriuose dalyvaus 466 dalyviai
Visuomenės sveikatos veiklų kokybės vertinimas	- Sukurti standartizuotus skaitmeninius klausimynus (QR kodai po renginių), kurie įvertintų dalyvių pasitenkinimą ir ketinimą keisti elgseną. - Metinė apibendrinta kokybinio vertinimo ataskaita	Po ciklinių užsiėmimų; pasibaigus programai 1 ataskaita
Visuomenės sveikatos stiprinimo viešinimo veikla	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, susistemėjimas, analizė ir vertinimas. Visuomenės sveikatos stebėsenos (monitoringo) duomenys teikiami visuomenei ir atitinkamoms institucijoms.

Veiklos kryptys	Planuojamos veiklos 2026 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.
Suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos:	Atlikti suaugusiųjų gyvenimo tyrimą	Apklausti 421 rajono gyventoją.

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 gyvenimo įgūdžius.
- Užtikrinti sklandų mokinių savirūpos proceso organizavimą ugdymo įstaigose.

Veiklos kryptys	Planuojamos veiklos 2026 m.	Planuojami pasiekti kriterijai (užsiėmimų sk., dalyvių sk., informavimo veiksmų sk.)
Sveikos gyvenimo propagavimas:	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“.	1 k. per metus 8 ugdymo įstaigos

	5. Vasaros sveikos gyvensenos stovyklos organizavimas. 6. Piešinių konkursas Facebook puslapyje „Mano lėkštės superherojai“.	60 dalyvių 1 k. per mokslo metus.
Sveikos mitybos organizavimo tobulinimas, ir maisto švaistymo mažinimas, sveikos mitybos skatinimas	1. Sveikos mitybos skatinimo užsiėmimai. 2. Telšių rajono savivaldybės ugdymo įstaigų visuomenės sveikatos priežiūros specialistų veiklos, susijusios su maitinimo organizavimu patikrinimas. 3. Vandens dienos minėjimas ugdymo įstaigose. 4. Europos sveikos mitybos dienos minėjimas rajono ugdymo įstaigose.	3130 dalyvių 12 specialistų 19 ugdymo įstaigų 19 ugdymo įstaigų
Fizinio aktyvumo skatinimas	1. Netaisyklingos laikysenos ir plokščiapėdystės profilaktikos užsiėmimai. 2. Kitokios kūno kultūros pamokos veiklos organizavimas. 3. „Aktyvi pertrauka“ renginių organizavimas 4. Visuotinis renginys „Judesio festivalis“.	10 ikimokyklinių ugdymo įstaigų 10 ugdymo įstaigų 10 ugdymo įstaigų
Burnos higienos užsiėmimų organizavimas tikslinėse grupėse	1. Burnos higienos ir edukacijos profilaktikos užsiėmimų organizavimas. 2. Paskaitų organizavimas tėvams vaikų burnos higienos tema. 3. Informacijos, apie vaikų krūminių dantų silantavimą, viešinimas. 4. Piešinių konkursas „Mano dantų superherojus“.	3130– dalyvių 135 – užsiėmimų Biuro FB, informacijos sklaida ugdymo įstaigose. 10 ugdymo įstaigų
Psichikos sveikatos stiprinimas ir žalingų įpročių prevencija:	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“.	5 ugdymo įstaigos 120 užsiėmimų per metus Visos ugdymo įstaigos Visos ugdymo įstaigos 12 ugdymo įstaigų 50 užsiėmimų per metus
Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas. Užkrečiamųjų ligų profilaktika	1. Užkrečiamųjų ligų prevencinių užsiėmimų organizavimas. 2. Informacinių pranešimų apie užkrečiamųjų ligų profilaktiką. 3. Protų mūšio „Ar viską žinai apie AIDS“ organizavimas. 4. Protų kautynės (9-10 kl.) „Antimikrobinis atsparumas“.	3130 dalyvių Pagal poreikį 11 ugdymo įstaigų 6 ugdymo įstaigos

	5. Piešinių konkursas pradinių klasių vaikams „Rankų plovimas – tikras superginklas“. 6. Lankstinukas „Rankų higienos svarba“. 7. Informaciniai pranešimai Facebook puslapyje apie ŪVKTI.	9 ugdymo įstaigos 2 vnt. per metus Pagal poreikį
Sveikos aplinkos kūrimas	1. Akcijos „Aš žinau, kiek sveria mano kuprinė“ organizavimas. 2. Atmintinių rengimas „Aš žinau, kiek sveria mano kuprinė“. 3. Atšvaitų tikrinimo ir dalijimo akcija ugdymo įstaigose. 4. Užsiėmimai „Pertraukos nuo ekranų – akių mankšta“. 5. Informacinis pranešimas apie akių mankštos svarbą. 6. Užsiėmimai apie miego higieną bei jos svarbą.	10 ugdymo įstaigų Pagal poreikį 19 ugdymo įstaigų 24 užsiėmimai 2 k. per metus 12 užsiėmimų
Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyvias medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas ir žalingų įpročių prevencija	1. Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyvias medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas, grupių sudarymas. 2. Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyvias medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas, informacijos sklaida Telšių rajone. 3. Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyvias medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, programos pristatymas	20 asmenų 5 informacinių pranešimų 11 ugdymo įstaigų
Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas mokyklose	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	3130 dalyviai Pagal poreikį 28 informaciniai pranešimai 19 ugdymo įstaigų Ikimokyklinis ir pradinis ugdymas
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	150 – 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 prioritetines 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: 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.