

PATVIRTINTA
 Šilalės rajono savivaldybės
 visuomenės sveikatos biuro direktoriaus
 2020 m. sausio 24 d. įsakymu Nr. B1-24

**ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO
 2020 M. VEIKLOS PLANAS**

Eil. Nr.	Veikla		Vertinimo kriterijai				
	Vertinimo kriterijus	Veiklos rūšis	Tikslinė grupė	Renginių skaičius	Padalomo -ji medžiaga	Padalomoios medžiagos skaičius	Straipsnių, pranešimų/ stendų skaičius
1.	Informavimo veiksmai, skirti mokinių, ugdomų pagal ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, visuomenės sveikatos priežiūrai						
1.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	Paskaita „Saugus elgesys žiemą“	Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo mokiniai	2	20		
		Pamokėlės „Sveikos akys“		10	150		
		Pamokėlės „Saugios vasaros atostogos“		5	70		
		Konkursas „Sveikuolių sveikuoliai“		8	150		
		Lankstinukai „Naujas pavojus jūsų sveikatai – atspartios bakterijos“				1	50
1.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	Pamokėlės „Sveika mityba“	Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo mokinių, jų tėvai	10	150		
1.3	Fizinis aktyvumas	Lankstinukai „Ką reikia žinoti apie vaisius ir daržoves“			1	80	1/6
		Pamokėlės „Taisyklinga laikysena“	Ikimokyklinio ir priešmokyklinio	20	300		

		<p>Konkursas „Sveikuolių sveikuoliai“</p> <p>Vaikų sveikatingumo ugdymo stovykla „Sugrįžimas“, 2020 (birželio 29 - liepos 3 d.)</p> <p>Paskaita „Kaip išsirinkti mokyklinę kuprinę?“ (gegužės mėn.)</p> <p>Sveikatą stiprinančių mokyklų plėtra/ priemonės „Aktyvi mokykla“ įgyvendinančių mokyklų plėtra, naujai įsitraukusių į Sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą mokyklos</p> <p>Paskaita Europos supratimo apie antibiotikus diena paminėti</p> <p>Paskaita „Saulės vonios, soliariumai, melanoma“</p> <p>Lankstinukas „Melanoma“, „Taisyklinga laikysena“</p> <p>Pokalbis „Taisyklinga laikysena“</p> <p>Paskaita „Grūdinkimės žiemą ir būkime sveiki“</p> <p>Pamoka „Kompiuterio ir mobiliojo telefono žala vaiko sveikatai“</p> <p>Pamoka „Priklausomybė mobiliems telefonams“</p> <p>Pamoka „Stiprinkime imunitetą“</p> <p>Pamoka „Ar viską žinai apie energetinius gėrimus?“</p> <p>Diskusija „Vaisių ir daržovių nauda“</p>	<p>mokiniai, sveikatos priežiūros specialistai</p> <p>mokiniai</p>	<p>8</p> <p>1</p> <p>13</p> <p>1</p> <p>13</p> <p>1</p> <p>13</p> <p>13</p> <p>6</p> <p>5</p> <p>4</p> <p>10</p> <p>8</p>	<p>200</p> <p>70</p> <p>100</p> <p>1</p> <p>180</p> <p>25</p> <p>2</p> <p>100</p> <p>80</p> <p>80</p> <p>70</p> <p>40</p> <p>100</p> <p>80</p>	<p>2</p> <p>10</p> <p>1</p>	
2.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija						

		Pamoka „Valgymo sutrikimai“	Rajono mokiniai	5	50			
		Pamoka „Pati gardžiausia žolelių arbata“	Rajono mokiniai	2	25			
		Lankstinukai „Ką reikia žinoti apie vaisius ir daržoves“, „Sveika mityba“	Rajono mokiniai	1	60			10
		Sveikos mitybos ir sveiko maisto gaminimo mokymų organizavimas tikslinėms grupėms	Rajono mokiniai	11	220			5
		„Mokyklos bendruomenės mankšta“, Judėjimo sveikatos labui dienai paminėti (gegužės 10 d.)	Rajono mokiniai	5	400			
		Lankstinukai „Sveikata ir fizinis aktyvumas“	Rajono mokiniai	1	80			2/10
		Praktiniai mokymai „Šiaurietiškasėjimas su lazdomis“	Rajono mokiniai	5	150			
		„Korekcinė mankšta vaikams“ I – 4 klasės mokiniai. (Neformalaus vaikų švietimo ugdymo programa)	Rajono mokiniai	50	200			
		Korekcinės mankštos užsiėmimai vaikams	Rajono mokiniai	5	50			
		Xbox žaidimų popietės	Rajono mokiniai	15	100			
		Šokių fiesta	Rajono mokiniai, tėvai ir specialistai	1	300			
		Paskaitos „Mokykla be patyčių“	Rajono mokiniai	6	120			
		Paskaitos „Prekyba žmonėmis“	Rajono mokiniai	3	60			
		Psichologo paskaitos	Rajono mokiniai	25	350			
		Paskaitos bendravimo temomis	Rajono mokiniai	3	60			
		Mankšta skirta „Savaitei be patyčių“ paminėti	Rajono mokiniai	1	40			
2.3.	Fizinis aktyvumas							
2.4.	Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)							

	Lankstinukai „Vaikų psichinė sveikata“, „Stresas darbe“, „Savižudybės ir jų prevencija“, „Depresija“	Mokyklų bendruomenė		4	200	10
2.5.	Aplinkos sveikata	Stendas „Aplinka ir sveikata“				10
	Paskaitos psichoaktyvių medžiagų vartojimo tema	Rajono mokiniai	20		400	
	Asmenų, įtariamų vartojant narkotines medžiagas patikra med. laboratorijoje		10			
	Paskaitos apie elektroninių cigarečių žalą sveikatai		6		150	
	Paskaitos „Žalingi įpročiai“		14		280	
2.6.	Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	Mokyklos	2		-	
	Aplinkos testavimas dėl narkotikų aptikimo aplinkoje		2		10	
	Ankstyvosios intervencijos programa	Rajono mokiniai				10
	Lankstinukai „Išmokite pasakyti NE“, „Jūs galite mesti rūkyti“		1		100	
	Protmūšis „AIDS geriau žinoti“, Pasaulinei AIDS dienai paminėti (gruodžio 1 d.)	Rajono mokiniai	8		150	2
	Paskaitos berniukams „Paauglio brandos ypatumai“		6		100	
	Paskaitos mergaitėms „Lytinės brandos ypatumai“		6		100	
	Paskaitos „Lytiskumo ugdymas“	Rajono mokiniai	10		200	
	Paskaitos skirtos TBC dienos minėjimui		2		100	
2.8.	Tuberkuliozės profilaktika	Rajono mokiniai				10
	Lankstinukai „Ką reikia žinoti apie tuberkuliozę“		1		100	

2.9.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	Praktiniai mokymai mokiniams „Rankų higiena“, Pasaulinės rankų higienos diena (gegužės 5 d.)	Rajono mokiniai	10	100			
		Paskaitos „Asmens higiena“, renginys „Švarių rankų šokis“		20	200			
		Paskaitos „Užkrečiamosios ligos“		4	80			
		Pamoka „Helminthozų galima išvengti“		5	100	1	200	
		Pamokėlė „Gripas, kaip apsaugoti save ir kitus“		10	150	1	200	
		Paskaita „Sveikos gyvensenos mokymai: asmens higiena.“ (Projektas). Lekt. Jurgita Valančienė		35	700			1
		Lankstinukai „Apsaugok save ir kitus“, Helminthozų galime išvengti“, „Gripas“	Rajono mokiniai			2	100	1/10
		Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobiniams medžiagoms didinimas		12	350			2
		Informacijos sklaida apie vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis prevencinę programą	Rajono mokiniai, tėvai					1/10
		2.10.	Eduonies profilaktika ir burnos higiena	Praktiniai mokymai „Kaip prižiūrėti dantis“		13	230	
Paskaitos „Burnos higiena“				10	200			
Burnos higienos užsiėmimų organizavimas tikslinėse grupėse (1-2 kl. mokiniams)				10	350			1
Akcija Pasaulinei širdies dienai paminėti (ūgio, svorio, KMI, AKS matavimai, rekomendacijos) (rugsėjo mėn.)				5	100			
2.11.	Kraujotakos sistemos ligų profilaktika				1	50	10	

2.12.	Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	Paskaitos „Saugiai praleisiu vasaros atostogas“ (gegužės-birželio mėnesiai)	Rajono mokiniai	2	30			
		Pamokėlė „Saugus vaikų elgesys“		1	30			
		Paskaitos „Vaiko sauga“		1	20			
		Mokymai „Pirma pagalba“. (Projektas). Lekt. Vilma Navardauskienė		35	700			2/10
2.13	Savivaldybės visuomenės sveikatos biuro mokinių visuomenės sveikatos priežiūros veiklos viešinimas	Informavimo veiksmai	Rajono gyventojai, mokyklos bendruomenė				120	
3.		Informavimo veiksmai, skirti visuomenės sveikatos stiprinimui						
3.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	Sveikatingumo ugdymo stovykla – 2020 (liepos 16-19 d.)	Rajono bendruomenė	1	60			2
		Šeimų šventė (gegužės mėn.)		1	90			1
		Visuomenės sveikatos biuro veiklos pristatymas miesto šventėje		1	100			1
		Visuomenės sveikatos biuro veiklos pristatymas rudens šventėje	Rajono bendruomenė	1	100			1
		Informacijos sklaida Europos supratimo apie antibiotikus dienai paminėti				1	100	
	Sveikos gyvensenos (ligų profilaktikos) mokymai. (Projektas). V. Skirkevičius	Rajono bendruomenė, neįgalieji	3	60			1	
	Paskaita „Nėštumas ir gimdymas“ (G. Pranaitienė)	Rajono nėščiosios	1	10				

	Paskaita „Sėkmingas žindymas“. N. Bartkevičienė		1	10			1
	Lankstinukai „Auginkime sveikus ir laimingus vaikus“, „Aukime kartu“	Rajono gyventojai			2	40	5
	Paskaita „Nugaros skausmai ir jų profilaktika“ G. Pranaitienė		1	30			
	Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių formavimas, daržovių vartojimo skatinimas	Rajono gyventojai	13	200			6
3.2.	Sveikos gyvensenos (mitybos) mokymai. (Projektas). Lekt. Ingrida Kuprevičiūtė.	Neįgalieji	1	20			
	Lankstinukai „Ką reikia žinoti apie vaisius ir daržoves“, „Sveika mityba“				2	50	2
	Fizinio aktyvumo ugdymas. (Projektas). G. Pranaitienė	Rajono gyventojai, neįgalieji	8	160			1
	Šiaurietiško ėjimo užsiėmimai		3	30			
	Praktiniai užsiėmimai „Gyvenk be nugaros skausmo“		50	750			
	„Trumpa mankšta – gera sveikata“ (G. Fasci)		40	1000			
	„Trumpa mankšta – gera sveikata“ (L. Pečuntauskienė)		25	870			
3.3.	Šokio terapija, linijiniai šokiai (Gyventojų fizinio aktyvumo skatinimas) Mankštos su volais	Rajono gyventojai	30	300			
	Funkcinės treniruotės (G. Fasci)		20	300			
	Linijiniai šokiai senjorams		10	150			
	Pilates užsiėmimai senjorams ir ne tik		25	200			
	Lankstinukai „Sveikata ir fizinis aktyvumas“		10	70			7

	Individualios psichologo konsultacijos	Rajono gyventojai, socialinės rizikos šeimos	16	80			
	Gongų, muzikos terapijos užsiėmimai	Rajono gyventojai	7	140			
	Praktiniai jogos užsiėmimai	Rajono gyventojai	14	350			
	Lankstinukai „Vaikų psichinė sveikata“, „Stresas darbe“, „Savižudybės ir jų prevencija“, „Depresija“	Rajono gyventojai	4	200			1
	Straipsniai skirti savižudybių prevencijai	Rajono gyventojai					1
	Mokymai psichikos sveikatos tematika. (Projektas). Lekt. Vanda Benaitienė	Rajono gyventojai, neįgalieji	10	200			
	Psichikos sveikatos kompetencijų didinimas įmonių darbuotojams	Įmonių darbuotojai	1	15			2
	Mokyklų bendruomenės gebėjimų psichikos sveikatos srityje stiprinimas – mokymų/supervizijų organizavimas mokyklos bendruomenių komandoms	Mokyklų bendruomenė	2	24			2
	Informacinis pranešimas apie maudyklų vandens tyrimų rezultatus	Rajono gyventojai					4
	Specializuotos pagalbos suteikimas dėl priklausomybės nuo alkoholio			90			
	Apskrito stalo diskusija (Vasario 18 d., V. Šap) Projektas	Įvairių sričių specialistai	1	30			1
	Informacinis renginys gyventojams priklausomybių tema. Projektas (V. Šap)	Rajono gyventojai	1	30			1
	Priklausomybių konsultanto paslaugos, konsultacijos	Rajono gyventojai		300			
3.4.	Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)						
3.5.	Aplinkos sveikata						
3.6.	Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija						

		Lankstinukai „Išmokite pasakyti NE“, „Jūs galite mesti rūkyti“, „Ar Jums reikia AA“					3	500	
3.7.	Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija	Informacinis pranešimas apie lytiškai plintančias ligas	Rajono gyventojai						1
3.8.	Tuberkuliozės profilaktika	TBC profilaktinės patikros organizavimas	Rajono gyventojai, socialinės rizikos šeimos		60				
		Lankstinukai „Ką reikia žinoti apie tuberkuliozę“					1	50	1
3.9.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas (seminaras)	specialistai	1	90				1
3.10.	Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	Informacijos sklaida apie prevencinę programą asmenims, priskirtiems širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto didelės rizikos grupei, atranką ir prevencijos priemones	Rajono gyventojai				2	200	2
		Paskaitos, užsiėmimai, konsultacijos		4	20				1
		Informacinis pranešimas „Speiguotą žiemą mūsų tyko traumos ir nušalimai. Kaip apsisaugoti?“	Rajono gyventojai						1
3.11.	Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	Mokymai griuvimų prevencijos tematika. (Projektas). Lekt. J. Birbaltienė	Rajono gyventojai, vyresnio amžiaus asmenys	2	40				1
		Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas bendruomenėse	Rajono gyventojai	4	60				4
3.12.	Onkologinių ligų profilaktika	Informacijos sklaida apie prevencines programas (gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencines priemones, atrankinės mamografinės patikrą dėl krūties vėžio, priešinės liaukos vėžio ankstyvąją diagnostiką, storosios žarnos vėžio ankstyvosios diagnostikos)	Rajono gyventojai				4	800	1
3.14.	Privalomieji mokymai	Higienos įgūdžių, pirmos pagalbos mokymai ir mokymai apie alkoholio ir narkotikų žalą sveikatai	Rajono gyventojai, administracinės	50	900				

			teisės pažeidėjai					
3.15	Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimas	Mokymų organizavimas pagal aprašą (pagal gydymo įstaigų nukreipimus)	Programos dalyviai	8	100			2
		Asmenų baigusiu sveikatos stiprinimo programą	Programos dalyviai	2	23			
3.16	Savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos stiprinimo veiklos viešinimas	Informavimo veiksmai	Rajono gyventojai					100
4.	Visuomenės sveikatos stebėseną							
4.1.	Stebėsenai reikalingų duomenų rinkimas, kaupimas, vertinimas ir analizė	Stebėsenos rodiklių skaičius	X	51				
4.2.	Stebėsenos ataskaitos ir siūlymų dėl gyventojų sveikatos būklės gerinimo rengimas	Parengtų ataskaitų skaičius, parengtų siūlymų skaičius	X	2				2
4.3.	Informacijos apie visuomenės sveikatos stebėsenos rezultatus viešinimas	Informacijos pateikimas savivaldybės administracijai, visuomenei, socialiniams partneriams	X	2				2
4.4.	Penktų, septyntų ir dešimtų (pirmy gimnazijos) klasių mokinių gyvenamosios tyrimas	Lietuvos suaugusių gyventojų faktinės mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių tyrimas	mokiniai	1	643			