

ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2022 M. VEIKLOS ATASKAITA

I SKYRIUS IŠTAIGOS TIKSLAI IR PAGRINDINĖS VEIKLOS KRYPTYS

Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras) įsteigtas 2007 m. lapkričio 29 d. Šilalės rajono savivaldybės tarybos sprendimu Nr. T1-292 „Dėl biudžetinės įstaigos steigimo“. Biuras įregistruotas juridinių asmenų registre 2008 m. sausio 16 d.

Pagrindinis Biuro veiklos tikslas – rūpintis Šilalės rajono savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti savivaldybės teritorijoje Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą savivaldybių visuomenės sveikatos priežiūrą, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, gerinti gyvenimo kokybę, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas.

Pagrindinė Biuro veiklos sritis – Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą savivaldybės visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų organizavimas ir teikimas fiziniams ir juridiniams asmenims savivaldybės teritorijoje.

Vizija: pagerėjusi bendruomenės sveikata ir susiformavęs atsakingas požiūris į savo ir bendruomenės sveikatą; pagerėjęs gyventojų sveikatos raštingumas sveikos gyvensenos, psichinės sveikatos ir psichotropinių medžiagų vartojimo klausimais.

Veiklos kryptys:

1. Visuomenės sveikatos stiprinimas savivaldybės bendruomenėje;
2. Savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą);
3. Užkrečiamųjų ligų profilaktika;
4. Neinfekcinių ligų ir traumų profilaktika bei kontrolė savivaldybėje;
5. Visuomenės sveikatos programų įgyvendinimas savivaldybėje;
6. Vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimas;
7. Bendradarbiavimas su socialiniais partneriais;
8. Psichikos sveikatos paslaugų bei ankstyvosios savižudybių atpažinimo pagalbos teikimas.

Teikiamos nemokamos paslaugos:

1. Informacijos teikimas sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos temomis;
2. Konsultavimas – individualios informacijos sveikatos klausimais teikimas;
3. Specializuotos pagalbos teikimas socialinės rizikos asmenims (kompleksinė pagalba asmenims, siekiantiems atsisakyti priklausomybės nuo alkoholio; socialinės rizikos asmenų profilaktinis sveikatos patikrinimas dėl tuberkuliozės);
4. Psichologinės pagalbos teikimas;
5. Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir įvertinimas;
6. Visuomenės sveikatos mokymas.

Teikiamos mokamos paslaugos:

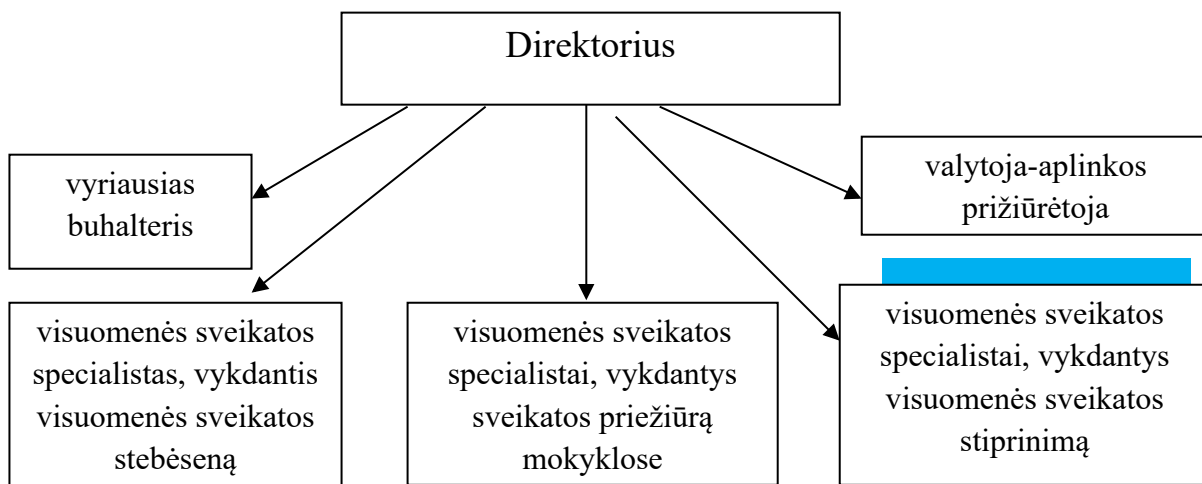
1. Privalomieji pirmos pagalbos, higienos įgūdžių mokymai bei mokymai apie alkoholio bei narkotikų žalą žmogaus sveikatai;
2. Konsultacijos – užsiėmimai „Elgesys-pokalbis-pasikeitimas“, pagal adaptuotą nusikalstamo elgesio pataisos programą.

II SKYRIUS INFORMACIJA APIE TIKSLŲ ĮGYVENDINIMĄ

2.1. Personalo valdymas

Biuro struktūroje visi darbuotojai tiesiogiai pavaldūs Biuro direktoriui (*žiūr. 1 pav.*). 2022 m. rugsėjo 29 d. Šilalės rajono savivaldybės tarybos sprendimu Nr. T1-219 Biure patvirtintas maksimalus 14 etatų skaičius. Biure 2022 m. patvirtinta ir užimta – 12,9 pareigybių (etatų) (*žiūr. 1 lentelė*). Faktiškai dirbo 14 asmenų, iš jų: 7 visuomenės sveikatos specialistės, vykdančios sveikatos priežiūrą mokykloje, kurios vykdė 3232 mokinių, ugdomų pagal pradinio, pagrindinio, vidurinio, ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, sveikatos priežiūrą.

Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro struktūra



1 pav. Biuro struktūra

2022 m. Biuro administracijoje dirba [redacted] aukštąjį išsilavinimą (2 bakalauro, 3 magistro laipsnį). Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu patvirtintais kvalifikaciniais reikalavimais, nuo 2016 m. sausio 1 dienos mokyklose visuomenės sveikatos priežiūros specialistais gali dirbti tik asmenys, įgiję visuomenės sveikatos bakalauro ar magistro išsilavinimą arba slaugytojai, felčeriai, akušeriai, turintys atitinkamos kvalifikacijos diplomą ir papildomai baigę ne trumpesnius kaip 160 valandų trukmės visuomenės sveikatos priežiūros tobulinimosi kursus, kurių programos yra suderintos su Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija ir pateikę tai įrodančius dokumentus. Mokyklose sveikatos priežiūrą vykdė 3 specialistai, įgiję aukštąjį išsilavinimą (2 bakalauro, 1 magistro laipsnį) ir 4 specialistai, įgiję aukštesnįjį išsilavinimą (pastarieji galės dirbti tik iki 2024 m. liepos 1 d.).

	Pareigybės pavadinimas	Pareigybės lygis	Patvirtintų etatų skaičius	Užimtų etatų skaičius
1.	Direktorius	A1	1,0	1,0
2.	Vyriausiasis buhalteris	A2	0,5	0,5
3.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stebėseną	A2	1,0	1,0
4.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stiprinimą	A2	3,0	3,0
7.	Valytojas-aplinkos prižiūrėtojas	D	0,5	0,5
6.	Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas sveikatos priežiūrą mokykloje	B	6,9	6,9
Iš viso			12,9	12,9

1 lentelė. 2022 m. įstaigos darbuotojų pareigybių sąrašas

Per 2022 m. kvalifikaciją kėlė 12 darbuotojų, kurie dalyvavo 28 kvalifikacijos kėlimo kursuose, seminaruose. Biuro darbuotojai vyko į 1 komandiruotę, dalyvavo mokymuose Šilalėje arba nuotoliniu būdu. Direktorė dalyvavo 2 seminaruose, mokymuose Biuro veiklos ir kvalifikacijos kėlimo klausimais, vyko į 2 komandiruotes.

2.2. Dokumentų valdymas

Per 2022 m. Biure priimti šie vidaus tvarką reguliuojantys dokumentai: 32 įsakymai veiklos klausimais, 98 įsakymai personalo valdymo klausimais, 21 įsakymas atostogų klausimais, 11 vidaus dokumentų.

Gautų dokumentų registre užregistruoti 142 raštai ir 76 darbuotojų prašymai personaliniais klausimais. Buvo išsiųsti 127 informaciniai, veiklą reguliuojantys dokumentai. Sudaryta 64 darbų, paslaugų atlikimo, prekių pirkimo ir kitų sutarčių su įvairiomis įstaigomis, organizacijomis ir fiziniais asmenimis.

Patvirtinti dokumentai veiklos klausimais: Dokumentacijos planas, Dokumentų registru sąrašas, Viešųjų pirkimų planas, Biuro veiklos planas, Darbuotojų kasmetinių atostogų suteikimo eilė, Psichoaktyvias medžiagas žalingai vartojančių ar priklausomybės ligomis sergančių asmenų integruotos pagalbos sistemos tvarkos aprašas (Biuro direktoriaus parengtas projektas, pateiktas Tarpinstitucinio bendradarbiavimo koordinatoriui ir patvirtintas Šilalės rajono savivaldybės administracijos direktoriaus 2022 m. vasario 1 d. įsakymu Nr. DĮV – 76), Inventorizacijos taisyklės, Visuomenės sveikatos specialisto, vykdančio visuomenės sveikatos stiprinimą, pareigybės aprašymai, Visuomenės sveikatos specialisto, vykdančio visuomenės sveikatos stebėseną, pareigybės aprašymas, savanoriškos veiklos aprašas, Mažos vertės pirkimų organizavimo ir vidaus kontrolės taisyklės, Darbo laiko apskaitos žiniaraščio tvarkos aprašo nauja redakcija.

Kas mėnesį tvirtinami visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, vykdančių mokinių sveikatos priežiūrą mokyklose planai ir ataskaitos (įvyko 7 darbuotojų susirinkimai, pateikta 165 sveikatinimo veiklos planų ir ataskaitų).

Kasmet iki rugsėjo 30 d. su mokyklų administracija suderinami ir patvirtinami metiniai mokyklų sveikatos priežiūros veiklos planai.

Nuo 2016 m. gruodžio mėnesio mokyklų sveikatos priežiūros kabinetuose įdiegta nacionalinė Vaikų sveikatos stebėsenos informacinė sistema, skirta sistemingam vaikų sveikatos būklės stebėjimui.

2.3. Ataskaitų pateikimas

Parengtos ir pateiktos pagrindinės 2022 m. ataskaitos:

1. Sveikatos ugdymo ir mokymo ataskaita Nr. 41–1 SVEIKATA (pateikiama Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrui);
2. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos specialiosios rėmimo programos ataskaita (pateikiama savivaldybės administracijai);
3. Planuojamų visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo veiklos prioritetų vertinimo kriterijų (pusmečio/metų) reikšmės (pateikiama Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrui);
4. Ankstyvos intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviais medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymo ataskaita (pateikiama NTAKD);
5. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita (pateikiama savivaldybės administracijai, tvirtinama savivaldybės taryboje);
6. Bazinių savižudybių prevencijos mokymų vertinimo ataskaita (pateikiama Valstybiniam psichikos sveikatos centrui)
7. Direktoriaus veiklos ataskaita (pateikiama savivaldybės tarybai);

8. Šilalės rajono savivaldybės vykdomų valstybinių visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vertinimo kriterijų įgyvendinimo (pusmečio/metų) ataskaita (pateikiama Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrai);

9. Metų personalo ataskaita Nr. 3 (sveikata) (pateikiama Higienos institutui);

10. Viešųjų pirkimų ataskaita (pateikiama Viešųjų pirkimų tarnybai);

11. ŽIV/AIDS ir lytiškai plintančių infekcijų profilaktikos ir kontrolės 2021–2023 veiksmų plano įgyvendinimo priemonių ataskaita (pateikiama ULAC);

12. Darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo vykdymo ataskaita (pateikiama Higienos institutui);

13. Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo vykdymo ataskaita (pateikiama Valstybiniam psichikos sveikatos centrai);

14. Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo ataskaita (pateikiama Valstybiniam psichikos sveikatos centrai);

15. Antimikrobinams preparatams atsparių mikroorganizmų plitimo prevencijos 2022 metų priemonių įgyvendinimo ataskaita (pateikiama Higienos institutui ir Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Tauragės departamentui);

16. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašo įgyvendinimo ataskaita (pateikiama Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centrai);

17. Informacinių technologijų naudojimo valstybės ir savivaldybių valdymo įstaigose statistinė ataskaita ITP-02 (pateikiama Lietuvos statistikos departamentui);

18. Projekto „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“, projekto kodas Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-71-0003 ataskaita po projekto finansavimo pabaigos (teikiama Europos socialinio fondo agentūrai);

19. Projekto „Integruotų priklausomybės ligų gydymo paslaugų kokybės ir prieinamumo gerinimas“ pagal Nr. 08.4.2-ESFA-V-621 priemonę „Priklausomybės ligų profilaktikos, diagnostikos ir gydymo kokybės ir prieinamumo gerinimas“ ataskaitos (teikiamos Respublikiniams priklausomybės ligų centrai);

20. Metinė finansinė ir biudžeto vykdymo ataskaitos, ketvirtinės finansinės ir biudžeto vykdymo ataskaitos, mėnesinės ataskaitos. bei kt. įvairioms valstybės bei savivaldybės institucijoms pateiktos ataskaitos.

2.4. Projektinė veikla

Biuras įgyvendino programas (projektus):

1. Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonės;

2. Neformaliojo vaikų švietimo programos priemonė „Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir skatinimas“;

3. Vaikų ir jaunimo vasaros poilsio programos priemonė Vaikų ir jaunimo sveikatingumo stovykla „Sugrįžimas“

4. Projektas „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“, 08.4.2-ESFA-R-630-71-0003;

5. Projektas „Integruotų priklausomybės ligų gydymo paslaugų kokybės ir prieinamumo gerinimas“ pagal Nr. 08.4.2-ESFA-V-621 priemonę „Priklausomybės ligų profilaktikos, diagnostikos ir gydymo kokybės ir prieinamumo gerinimas“;

6. Projektas „Sveikatos paslaugų gerinimas Pakruojo ir Šilalės rajonų savivaldybių ugdymo įstaigose“ pagal Nr. LT03-2-SAM-K01-013 priemonę „Ikimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetų aprūpinimas metodinėmis priemonėmis“. 2022 m. nupirkto metodinės priemonės visuomenės sveikatos priežiūros specialistėms, vykdančioms sveikatos priežiūrą mokykloje.

2.5. Ryšiai su socialiniais partneriais

Visuomenės sveikatos priežiūros veikla vykdoma bendradarbiaujant su įvairiomis institucijomis, nevyriausybinėmis organizacijomis bei įtraukiant socialinius partnerius į sveikatinimo veiklą. 2022 m. Biuras, organizuodamas renginius, akcijas, kvalifikacijos tobulinimo seminarus, bendradarbiavo su Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Tauragės departamento Šilalės skyriumi, Higienos institutu, Respublikiniu priklausomybės ligų centru, Higienos instituto Sveikatos informacijos centru, Savivaldybių biurų asociacija, Lietuvos probacijos tarnybos Klaipėdos regiono skyriumi, Valstybinio socialinio draudimo fondo valdybos Šilalės skyriumi, Užimtumo tarnybos prie SAM Šilalės skyriumi, Tauragės apskrities priešgaisrinės gelbėjimo valdybos Šilalės priešgaisrinė gelbėjimo tarnyba, VšĮ Klaipėdos jūrininkų ligoninės psichiatrijos departamentu, UAB „Medicina practica“ laboratorija, UAB „Andoka“, UAB Šilalės psichikos sveikatos ir psichologinio konsultavimo centru, Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos prie SAM Tauragės apskrities skyriumi, Šilalės suaugusiųjų mokykla, Sporto mokykla, Šilalės rajono biblioteka, Šilalės rajono socialinių paslaugų namais, Šilalės rajono savivaldybės kultūros centru, Šilalės švietimo pagalbos tarnyba, VšĮ „Gabrielius“, Šilalės rajono neįgaliųjų krašto sąjunga, Sutrikusios psichikos žmonių bendrija, rajono bendruomenėmis, seniūnijomis, Turto ir socialinės paramos skyriumi, VšĮ Šilalės rajono ligonine, UAB „Šilalės rajono šeimos gydytojo praktika“, Šilalės rajono PSPC, med. punktais, ambulatorijomis ir kt. įstaigomis. Nuolat bendradarbiaujama su mokyklų vadovais, mokinių sveikatos priežiūros ir renginių organizavimo klausimais.

2.6. Visuomenės sveikatos priežiūros priemonės

Biuras planuoja veiklą vadovaudamasis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos nustatytais visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų įgyvendinimo veiklos prioritetais, bei vykdo Šilalės rajono savivaldybės pavestas funkcijas. Renginių planai skelbiami viešai interneto svetainėje www.silalesvsb.lt – Renginių kalendorius ir Administracinės informacijos skiltyje – Planuojami renginiai bei www.facebook.lt paskyroje.

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

- organizavo 928 renginius;
- parengė 210 straipsnių, pranešimų, publikacijų periodiniuose leidiniuose ir internete.

Renginiuose dalyvavo 18809 dalyviai:

- 2873 – ikimokyklinio amžiaus vaikai;
- 11568 – mokyklinio amžiaus vaikai;
- 445 – pedagogai;
- 64 – socialiniai darbuotojai;
- 263 – vyresnio amžiaus asmenų;
- 362 – valstybės ir savivaldybių įstaigų darbuotojai;
- 485 – kaimo gyventojai;
- 15 – NVO nariai;
- 2734 – kitų profesinių ir socialinių grupių atstovai.

2.7. Svarbiausių darbų apžvalga

2.7.1. Fizinio aktyvumo skatinimas

Praktiniai užsiėmimai „Trumpa mankšta – gera sveikata“

Tikslas – išmokyti bendruomenės narius praktinių jėgos, fitneso, raumenų tempimo pratimų bei taisyklingo kvėpavimo. Užsiėmimų metu bendruomenės nariams buvo rodomi praktiniai pratimai, suteikta informacija apie streso mažinimo būdus, sveiką gyvenseną, fizinio aktyvumo naudą žmogaus

organizmui. Iš viso suorganizuota 30 užsiėmimų, Šilalės miesto ir Kvėdarnos bendruomenėse, kuriuose dalyvavo 236 rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Giedrė Fasci.

Funkcinės treniruotės su svoriais ir elastingomis gumomis

Tikslas – skatinti gyventojų fizinį aktyvumą, stiprinti sveikatą. Iš viso suorganizuota 17 užsiėmimų Šilalės miesto ir Kvėdarnos bendruomenėse, kuriuose dalyvavo 145 dalyviai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

NirvanaFitness užsiėmimai

Tikslas – skatinti gyventojų fizinį aktyvumą, stiprinti fizinę ir psichinę sveikatą. NirvanaFitness yra sistema, kuri moko tinkamai kvėpuoti atliekant funkcionalius ir tonizuojančius pilateso/jogos pratimus. Užsiėmimų metu naudojama ritmiška ir atpalaiduojanti Chillout tipo „Jauskis gerai“ muzika su Nirvana Teta bangų (thetaWave) technologija, kuri tiesiogiai veikia smegenų atpalaidavimo centrus, skatina gilią ir veiksmingą atsipalaidavimo būseną. Užsiėmimus vedė NirvanaFitness instruktorė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci. Iš viso įvyko 26 užsiėmimai, dalyvavo 309 asmenys. Užsiėmimai vyko Šiauduvos, Kvėdarnos ir Šilalės miesto bendruomenėse.

Praktiniai linijinių šokių užsiėmimai

Tikslas – skatinti fizinį aktyvumą su šokio ir muzikos elementais, lavinti koordinaciją, atmintį ir pusiausvyrą bei stiprinti širdies ir kraujagyslių sistemą, gerinti psichinę sveikatą. Iš viso Šilalės miesto ir Kvėdarnos bendruomenėse įvyko 60 užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 550 rajono gyventojų. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, choreografė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

Praktiniai linijinių šokių užsiėmimai senjorams

Tikslas – skatinti fizinį aktyvumą su šokio ir muzikos elementais, lavinti koordinaciją, atmintį ir pusiausvyrą bei stiprinti širdies ir kraujagyslių sistemą, gerinti psichinę sveikatą. Iš viso Biure vyko 28 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 202 rajono senjorai. Užsiėmimus vedė asmeninė trenerė, choreografė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

Dalyvavimas neformaliojo vaikų švietimo programoje, vykdanči korekcinės mankštos užsiėmimus

Tikslas – pagrindinių raumenų, kurie formuoja laikyseną, bei jungiamojo aparato (sąnarių) stiprinimas. Iš viso įvyko 39 užsiėmimai Kaltinėnų Aleksandro Stulginskio gimnazijoje, kuriuose dalyvavo 796 mokiniai. Mankštą vedė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

Praktiniai Šiaurietiško ėjimo užsiėmimai

Tikslas – pagerinti gyvenimo kokybę, skatinti fizinį aktyvumą, formuoti taisyklingą laikyseną, stiprinti imunitetą. Įvyko 2 šiaurietiško ėjimo užsiėmimai Šilalės rajono gyventojams, kuriuose dalyvavo 36 dalyviai. Užsiėmimą vedė trenerė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

Mankšta darbo vietoje

Tikslas – skatinti fizinį aktyvumą, pagerinti gyvenimo kokybę, stiprinti raumenis. Sodros, Valstybinio socialinio draudimo fondo valdybos Šilalės skyriaus darbuotojams, pietų pertraukos metu buvo pravesta 10 mankštų, kuriuose dalyvavo 45 dalyviai bei 6 NirvanaFitness užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 34 dalyviai. Užsiėmimus vedė NirvanaFitness instruktorė, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą G. Fasci.

2.7.2. Žalingų įpročių prevencija

Šilalės rajono savivaldybės priklausomybės nuo alkoholio mažinimo programa

Tikslas – specializuotos pagalbos teikimas socialinės rizikos asmenims, siekiantiems atsisakyti priklausomybės nuo alkoholio, bei jų šeimos nariams. Buvo vykdoma švietėjiška veikla, organizuojama psichologinė pagalba, medikamentinis gydymas bei transportas asmenų nuvežimui į gydymo įstaigą. Programoje dalyvavo 9 asmenys.

Priklausomybių konsultanto paslaugų teikimas savivaldybėje

Tikslas – specializuotos kompleksinės pagalbos teikimas, siekiantiems atsisakyti priklausomybės nuo alkoholio, tabako, psichotropinių medžiagų. Priklausomybių konsultantas suteikė 345 konsultacijas 123 asmenims.

Paskaita „Žalingi įpročiai“

Tikslas – supažindinti su žalingų įpročių poveikiu sveikatai, įveikimo galimybėmis bei alternatyvomis. Mokoma, kaip galima atsisakyti žalingų įpročių, įveikti „draugų“ įtaką bei tinkamai pasirinkti gyvenimo būdą. Paskaityta 13 paskaitų, kuriose dalyvavo 267 rajono mokiniai.

Paskaita „Elektorinės cigaretės“

Tikslas – informuoti apie elektroninių cigarečių vartojimo žalą, veikimo principus ir pavojų, cigarečių skysčių sudėtį, šalutinį poveikį sveikatai ir aplinkai. Paskaitytos 7 paskaitos, kuriose dalyvavo 134 rajono mokiniai.

Aplinkos tyrimas dėl narkotinių medžiagų pėdsakų

Tikslas – ištirti aplinką dėl galimo narkotinių medžiagų vartojimo bei testavimo rezultatus panaudoti tolimesnės prevencinės veiklos vykdymui. Tyrimas atliktas Šilalės r. socialinių paslaugų namų, Pajūrio paramos šeimai padalinyje, atsižvelgiant į administracijos prašymą. Tyrimo metu mėginiai buvo imami iš dažniausiai liečiamų aplinkos paviršių: palangių, durų rankenų, suoliukų, poilsio zonų, stalų, rūbinių. Atlikus tyrimą narkotinių medžiagų pėdsakų nerasta.

2.7.3. Psichinės sveikatos stiprinimas, savižudybių prevencija

Baziniai savižudybių prevencijos mokymai

Tikslas – mokyti bendruomenės narius atpažinti savižudybės rizikos ženklus, tinkamai į juos reaguoti ir paskatinti kreiptis psichologinės pagalbos. Mokymus vedė Europos sertifikuota psichologė klinikinėje ir sveikatos srityje Valija Šap. Mokymuose dalyvavo 39 įvairių sričių specialistai dirbantys Šilalės rajono savivaldybės administracijoje.

Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo veikla

Tikslas – stiprinti Šilalės rajono savivaldybės gyventojų psichologinę gerovę ir psichikos sveikatą. Paslaugos skirtos asmenims, susiduriantiems su psichikos sveikatos rizikos veiksniais dėl sudėtingų gyvenimiškų situacijų (skyrybos, darbo netekimas, finansiniai sunkumai, artimo žmogaus netektis, konfliktiniai santykiai šeimoje ar darbe, sunki artimo žmogaus liga ir kita).

Biuras teikė nemokamas psichologo grupines konsultacijas – mokymus (trukmė – po 8 val.), kuriuos vedė medicinos psichologė Dovilė Navikienė ir VŠĮ „Psichologinio konsultavimo grupė“ psichologės Lina Cirtautienė ir Gintarė Meslinienė. Iš viso buvo suorganizuota 17 mokymų, kuriuose dalyvavo 271 asmuo.

Individualios psichologo konsultacijos buvo suteiktos 102 asmenims. Jas teikė psichologės Vanda Benaitienė ir Jolita Baliutavičiūtė.

Veikla vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 2020 m. liepos 31d. įsakymu Nr. V-1733 „Dėl Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo tvarkos aprašo patvirtinimo“.

Paskaita „Tėvų įsitraukimas į vaiko ugdymo procesą. Išorinė motyvacija“

Tikslas – ugdyti įpročius ir įgūdžius, kaip įsitraukti į vaiko ugdymo procesą ir skatinti vaiką būti pačiam atsakingam už savo pasirinkimą. Paskaita buvo skirta Šilalės Simono Gaudėšiaus gimnazijos mokinių tėvams, kurių susirinko 9.

Seminaras „Galimi emociniai sunkumai darbe: nuo emocinės gerovės iki mobingo“

Tikslas – atskleisti dažniausias bendravimo, emocinių sunkumų ir mobingo darbe priežastis bei pagalbos sau ir kitiems galimybes. Seminare dalyvavo 62 įvairių įstaigų darbuotojai. Mokymus vedė Europos sertifikuota psichologė klinikinėje ir sveikatos srityje Valija Šap.

Dailės terapijos užsiėmimas “Kelionė aplink pasaulį po mūsų tikslus ir svajones”

Tikslas – atskleisti santykių reikšmę, jų kokybę su mus supančiais žmonėmis, kokie santykiai laikomi sveikais, ir kaip išvengti toksiškų santykių. Tęstiniai užsiėmimai, kurie vyko 3 kartus, juose dalyvavo 48 Šilalės rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė sveikatos psichologė Daiva Dalė Gasparavičiūtė.

Savipagalbos mokymai „Savęs pažinimas ir savo elgesio keitimas“

Tikslas – teikti emocinę paramą tikslinėms grupėms. Vyko 2 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 22 Šiauduvos savarankiško gyvenimo namų gyventojai. Užsiėmimus vedė psichologė Vanda Benaitienė.

Paskaita „Mikroklimatas“

Tikslas – atskleisti ir atpažinti įstaigos ir mus supančios aplinkos mikroklimatą. Paskaita vyko Šilalės lopšelio - darželio „Žiogelis“ bendruomenei. Dalyvavo 48 asmenys. Paskaitą skaitė psichologė Vanda Benaitienė.

Seminaras „Streso valdymas ir emocinės sveikatos stiprinimas“

Tikslas – analizuojant streso sampratą, požymius, asmens galimybes keisti reakciją į stresą keliančias situacijas bei mokytis streso įveikos strategijų. Seminaras skirtas įvairių sričių specialistams: socialiniams darbuotojams, socialiniams pedagogams, NVO ir kt. suinteresuotiems asmenims (48 dalyviai). Lektorė Valija Šap, Europos sertifikuota psichologė Lietuvoje klinikinėje ir sveikatos srityje.

Grupinės psichologo konsultacijos, nerimui dėl karo Ukrainoje mažinti

Tikslas – ugdyti psichologinį atsparumą, stiprinti psichikos sveikatą. Konsultaciją vedė psichologė Vanda Benaitienė. Dalyvavo 11 asmenų.

Paskaita – praktinis užsiėmimas „Savęs pažinimas ir konfliktų sprendimas komandoje“

Tikslas – suteikti teorinių žinių apie įvairaus pobūdžio konfliktus, ugdyti gebėjimus analizuoti konfliktą, suprasti jo priežastis ir eigą. Supažindinti su konfliktų valdymo ir sprendimo strategijomis, lavinti konstruktyvius konflikto sprendimo įgūdžius. Vyko 4 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 55 asmenys. Paskaitą skaitė psichologė Vanda Benaitienė.

Psichologinės paskaitos „Geros savijautos, gyvenant artimoje kaimynystėje, psichologiniai aspektai“

Tikslas – pažinti žmogaus psichiką, jos reakcijas, gebėti tinkamai konstruktyviai reaguoti. Šešiuose užsiėmimuose dalyvavo Šiauduvos savarankiško gyvenimo namų gyventojai (53 dalyviai). Mokymus vedė psichologė Vanda Benaitienė.

Garso terapijos užsiėmimai

Tikslas – stiprinti psichinę sveikatą, atstatyti psichinę ir emocinę pusiausvyrą. Ši garso terapija taip pat tinkama norintiems pailsėti, atsipalaiduoti, subalansuoti save ir atrasti vidinę harmoniją, sumažinti nerimą, pagerinti miegą. Vyko 3 garso terapijos užsiėmimai Šilalės rajono gyventojams, kuriuose dalyvavo 84 asmenys. Užsiėmimus vedė garso terapijos specialistė Aistė Juškė.

Savaitgalinė mamų ir dukrų stovykla „Širšių lizdas“

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

Stovykla vyko 2022 m. lapkričio 18-20 dienomis, Šilalės Simono Gaudėšiaus gimnazijoje.

Trijų dienų užsiėmimuose buvo taikomi patirtinio ugdymo metodai, kurie kruopščiai renkami pagal dalyvių amžių, koreguojami pagal atvykusiųjų poreikius bei lūkesčius. Stovykloje dirbo „Whatansu“ komanda. Dalyvavo 21 dalyvis (11 dukrų ir 10 mamų).

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

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

Įvyko 50 psichologinės savipagalbos užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 648 rajono gyventojai. Užsiėmimus vedė – Ramunė Džiugelienė, sertifikuota jogos mokytoja, psichologė, įsisąmoninimu grįstos psichologijos, kognityvinės ir elgesio terapijos mokytoja.

Paskaita „Mokykla be patyčių“

Tikslas – padėti atpažinti bei sumažinti patyčių atvejus mokyklos bendruomenėje, aptarti dažniausiai pasitaikančias patyčių vietas, konkrečiais pavyzdžiais parodyti, kaip galima išvengti patyčių bei išsiaiškinti, kur galima kreiptis pagalbos patyrus patyčias. Įvyko 10 paskaitų, kuriose dalyvavo 198 mokiniai.

Mokymai „Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimas“

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

Mokymus vykdė specialistų komanda, kurią sudarė: psichologė Asta Blandė ir socialinė pedagogė Dalė Daiva Gasparavičiūtė. Mokymuose dalyvavo Šilalės suaugusiųjų mokyklos darbuotojai (25 dalyviai). Vienų mokymų trukmė – 40 val. (7 susitikimai su mokyklos bendruomene). Dalis susitikimų vyko nuotoliniu būdu. Veikla vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. balandžio 30 d. įsakymu Nr. V-523 „Dėl Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo veiklos tvarkos aprašo patvirtinimo“.

Mokymai „Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo mokymai darbuotojams“

Tikslas – didinti darbdavių ir darbuotojų žinias apie psichikos sveikatą darbe ir stiprinti jų kompetenciją psichikos sveikatos srityje, pagrindinį dėmesį skiriant darbuotojų atsparumo psichikos sveikatos rizikos veiksniams didinimui ir psichosocialinės aplinkos darbovietėse gerinimui.

Mokymuose dalyvavo Šilalės rajono ligininės darbuotojai (15 dalyvių). Užsiėmimus vykdė komanda, kurią sudarė 2 specialistai: Europos sertifikuota psichologė klinikinėje ir sveikatos srityje Valija Šap ir profesinės sveikatos specialistė Jolanta Birbalienė. Vienų mokymų trukmė – 40 val.

Veikla vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. gegužės 17 d. įsakymu Nr. V-590 „Dėl Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tvarkos aprašo patvirtinimo“.

2.7.4. Lytinės brandos lavinimas

Paskaita „Paauglio brandos ypatumai“

Tikslas – supažindinti paauglius su fiziologiniais ir psichologiniais brendimo pokyčiais bei mokyti praktiškai analizuoti ir spręsti iškilusias problemas. Rajono mokyklose vyko 2 paskaitos, kuriose dalyvavo 31 mokinys.

2.7.5. Sveikatos stiprinimas, sveikos gyvensenos skatinimas

Paskaita „Stiprus imunitetas ir nuovargio įveikimas mitybos ir gyvenimo būdo pagalba“

Tikslas – suteikti informaciją gyventojams apie mitybos įtaką įvairių lėtinių ligų atsiradimui, optimalios sveikatos palaikymą bei gyvenimo būdo įtaką sveikatai. Paskaitą skaitė Ingrida Kuprevičiūtė, gydomosios mitybos specialistė. Dalyvavo Šilalės rajono gyventojai (24 dalyviai).

Paskaita „Visavertė ir subalansuota mityba. Misija (ne) įmanoma?“

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

Paskaitą skaitė Ingrida Kuprevičiūtė, gydomosios mitybos specialistė. Dalyvavo atviro jaunimo centro „Pulsas“ dalyviai (6 asmenys).

Paskaita „Mityba. Pigiausias ir tvariausias kelias gyvenimui be cukrinio diabeto ir širdies kraujagyslių ligų“

Tikslas – informuoti visuomenę apie gyvensenos įtaką sveikatai ir būtinuosius jos pokyčius, siekiant išvengti lėtinių neinfekcinių ligų. Paskaitas skaitė Asta Jokubkienė, vidaus ligų gydytoja, gyvensenos medicinos specialistė. Vyko 2 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 84 asmenys.

Paskaita „Sveikiausias maistas pasaulyje, o ko lėkštėje turėtų nelikti? Lieknas be dietų. Mitybos planai“

Tikslas – ugdyti sveikos mitybos bei su maistu ir mityba susijusių ligų prevencijos įgūdžius, taip paskatinant gyventojus siekti išliekamų pozityvių sveikatos pokyčių. Paskaitą vedė – Asta Jokubkienė, vidaus ligų gydytoja, gyvensenos medicinos specialistė, dalyvavo 17 asmenų.

Paskaita „Madingiausių dietų grėsmės. Svorio korekcija nebadaujant. Naujausi moksliniai tyrimai, praktiniai patarimai“

Tikslas – informuoti visuomenę apie populiarių dietų galimas grėsmes, saugų svorio mažinimą.

Paskaitą vedė – Asta Jokubkienė, vidaus ligų gydytoja, IBLM sertifikuota gyvenosenos medicinos gydytoja, dalyvavo 15 asmenų.

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

Tikslas – skatinti gyventojus rinkis palankesnius sveikatai maisto produktus, pažymėtus „Rakto skylutės“ simboliu. 2022 metais buvo įtraukta į sveikatai palankių produktų sąrašą įmonė „Saldeta“ ir jos gaminys - „Sveikuolių sausainiai“ (nekepti).

Paskaita „Nėštumas ir pasiruošimas gimdymui“

Tikslas – tinkamai pasiruošti gimdymui, padėti sau gimdymo metu, aptarti pogimdyvinį periodą. Paskaitoje dalyvavo 4 būsimos ir esamos mamytės. Paskaitą skaitė kineziterapeutė, VŠĮ „Taisyklingo judesio mokykla“ vadovė, daug metų dirbanti ir konsultuojanti nėščiąsias gimdymo klausimais Gintarė Pranaitienė.

Sveikos gyvenosenos užsiėmimai

Tikslas – ugdyti vaikų sveikos gyvenosenos įgūdžius. Šilalės Dariaus ir Girėno progimnazijoje vyko 3 edukaciniai užsiėmimai, kuriuos vedė „Whatansu“ mokyklos komandos narė Jurgita Beatričė Rudėnaitė (dalyvavo 84 mokiniai).

Paskaita „Nugaros ir sąnarių skausmai bei jų profilaktika“

Tikslas – suteikti informacijos apie nugaros ir sąnarių skausmų priežastis ir jų profilaktiką. Užsiėmimus vedė VŠĮ „Taisyklingo judesio mokykla“ vadovė, kineziterapeutė Gintarė Pranaitienė. Vyko 2 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 45 asmenys.

Paskaita „Tikslingų pratimų taikymas nugaros ir sąnarių skausmui mažinti“

Tikslas – supažindinti su tikslingais pratimais, skatinti taisyklingą laikyseną bei vykdyti traumų prevenciją. Užsiėmimą vedė VŠĮ „Taisyklingo judesio mokykla“ vadovė, kineziterapeutė Gintarė Pranaitienė, dalyvavo 17 asmenų.

Pristatymas „Sveikatos priežiūros situacija Šilalės rajone“

Tikslas – pristatyti sveikatos priežiūros situaciją Šilalės rajone. Pranešėjai: savivaldybės gydytoja Dalė Briedienė, visuomenės sveikatos biuro specialistės Jurgita Valančienė ir Akvilė Petkienė, Nacionalinio visuomenės sveikatos centro Šilalės skyriaus vyriausioji specialistė Daiva Medeikienė ir Jolanta Petrokienė. Dalyvavo 43 įvairių sričių specialistai ir suinteresuoti asmenys.

Dalyvavimas neformaliojo vaikų švietimo programoje, vykdamas sveikos gyvenosenos užsiėmimus

Tikslas – ugdyti mokinių visuminę sveikatos sampratą, sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius bei nuostatas, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, skatinant rinktis sveiką gyvenimo būdą. Iš viso vyko 68 užsiėmimai Šilalės r. Kaltinėnų Aleksandro Stulginskio gimnazijoje ir 16 užsiėmimų Šilalės Dariaus ir Girėno progimnazijos Upynos skyriuje. Dalyvavo 1708 mokiniai. Užsiėmimus vedė visuomenės sveikatos specialistės Vilma Navardauskienė, Akvilė Petkienė, Jurgita Valančienė.

Burnos higiena“

Tikslas – suteikti informaciją apie burnos ertmės higieną. Paskaitų metu buvo gilinamos žinios apie vaikų burnos higieną, supažindinama su burnos ertmės higienos priemonėmis bei jų priežiūra, mokoma taisyklingo dantų valymo bei suteikiama žinių apie odontologo ir burnos higienisto konsultaciją ir apžiūrą. Įvyko 2 paskaitos Šilalės rajono ugdymo įstaigų vaikų tėvams, kurias išklaušė 59 dalyviai. Paskaitas Šilalės Dariaus ir Girėno progimnazijoje ir Šilalės lopšelyje-darželyje „Žiogelis“ skaitė burnos higienistė Agnė Jankytė.

Vaikų sveikatingumo ugdymo stovykla „Sugrįžimas“

Tikslas – ugdyti vaikų sveikos gyvenosenos įgūdžius. Stovykla vyko 2022 m. liepos 11 – 15 d., kaimo turizmo sodyboje „Mėlynoji banga“, skirta 12-18 m. amžiaus vaikams ir jaunimui. Stovykloje dalyvavo 50 jaunuolių iš Šilalės rajono bei 12 vaikų iš Ukrainos.

Stovyklos metu buvo gvildenamos draugystės, meilės, lytiškumo, savo kūno priėmimo, pokyčių paauglystėje ir kitos tokiam amžiaus tarpsniui svarbios temos. Dalyviai buvo mokomi dėmesio valdymo, kuris labai svarbus geresniam mokymuisi ir asmenybės ugdymui, streso valdymo technikų. Taip pat buvo mokomasi sąmoningo valgymo, aiškinama jo svarba kasdieniniame gyvenime. Vaikai per užsiėmimus, pokalbius ir veiklas galėjo geriau pažinti save ir kitus, tapti drąsesniais. Stovykloje su vaikais dirbo 4 lektoriai, turintys ilgametę vaikų stovyklų organizavimo patirtį: Vaidas Arvasevičius, Jurga Vidugirienė, Rūta Vaitiekutė, Tomas Karklinis.

Dalyvavimas Šilalės miesto šventėje ir veiklos pristatymas

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

2.7.6. Nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencija

Paskaitos „Pirma pagalba“

Tikslas – suteikti mokiniams teorinių ir praktinių žinių apie pirmos pagalbos teikimą, pavojingas būkles, atsargumo priemones bei traumų prevenciją. Vyko 6 užsiėmimai, kuriuos išklausė 147 Šilalės rajono mokiniai. Mokymus vedė visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą Akvilė Petkienė.

Mokymai „Pirmos pagalbos teikimo ypatumai“

Tikslas – teoriškai ir praktiškai susipažinti su pradinio gaivinimo ypatumais, kraujavimo stabdymu, pirmosios pagalbos teikimo ypatumais masinių nelaimių atveju. Mokymus vedė lektorė Jolanta Birbalienė. Mokymuose dalyvavo Šilalės rajono įstaigų darbuotojai ir suinteresuoti asmenys. Vyko 11 mokymų, kuriuose dalyvavo 288 asmenys.

2.7.7. Užkrečiamų ligų profilaktika ir kontrolė

Paskaita „Kaip vaistažolės gali padėti gydyti virusines ir bakterines infekcijas? Imuninės sistemos stiprinimas“

Tikslas – skatinti tinkamą antibiotikų vartojimą ir informuoti visuomenę apie didėjančio mikrobu atsparumo antibiotikams grėsmę. Lektorius - žolininkas, fitoterapeutas Virgilijus Skirkevičius. Vyko 3 paskaitos, kuriose dalyvavo 57 asmenys.

Tuberkuliozės profilaktikos Šilalės rajone programa

Tikslas – sumažinti Šilalės rajono gyventojų sergamumą tuberkulioze, pagerinti tuberkuliozės profilaktiką bei ankstyvą diagnostiką. Programoje dalyvavo socialinę riziką patiriantys asmenys; socialinės rizikos ir problemiškos šeimos, įrašytos į socialinės rizikos šeimų, auginančių vaikus, apskaitą; socialiai nedrausti asmenys; sergantys arba galimai sergantys tuberkulioze, kurie vyksta gydytis į tuberkuliozės specializuotą ligoninę arba vežami priverstinei hospitalizacijai. Organizuoti 14 asmenų profilaktiniai patikrinimai dėl tuberkuliozės (tyrimo rezultatai – neigiami). Pasitikrinusiems asmenims buvo išduoti maisto ir būtiniausių asmens higienos priemonių vienkartiniai paketai.

2.7.8. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programa (toliau – ŠKL)

Tikslas – integruojant pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaigų bei Biuro vykdomą sveikatinimo veiklą, efektyviau stiprinti rizikos grupės asmenų sveikatą, supažindinti juos su širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniais, sveikos gyvensenos principais, išmokyti keisti gyvenseną, valdyti stresą, pasirinkti sveikatai palankią mitybą bei fizinį aktyvumą. Programos metu organizuojamos šeimos gydytojo, fizinio aktyvumo specialisto, psichologo ir mitybos specialisto paskaitos bei individualios konsultacijos, kurios vyko Šilalės krašto neįgalių sąjungos lankytojams. Paskaitas vedė: gyvensenos medicinos gydytoja Asta Jokubkienė, psichologė Dovilė Navikienė, žolininkas, fitoterapeutas Virgilijus Skirkevičius, visuomenės sveikatos stiprinimo specialistė Giedrė Fasci. Paskaitų ciklą sudarė paskaitos: „Mityba. Pigiausias ir tvariausias kelias gyvenimui be cukrinio diabeto ir širdies kraujagyslių ligų“, „Streso kilmė, valdymas. Nerimo įveikų mažinimo strategijos“, „Fizinio aktyvumo svarba vyresniame amžiuje“, „Kaip vaistažolės gali padėti gydyti virusines ir bakterines infekcijas? Imuninės sistemos stiprinimas ir ŠKL profilaktika“. ŠKL programą 2022 m. baigė 20 asmenų.

2.7.9. Privalomieji mokymai

Organizuoti Privalomieji pirmos pagalbos, higienos įgūdžių mokymai bei mokymai apie alkoholio bei narkotikų žalą žmogaus sveikatai. Pirmosios pagalbos mokymuose dalyvavo 302 asmenys, higienos įgūdžių mokymuose – 690 asmenų, mokymuose apie alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai – 13 asmenų. Iš viso mokymuose dalyvavo 1005 asmenys, kuriems išduoti sveikatos žinių atestavimo pažymėjimai.

2.7.10. Savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringas)

Vykdyta demografinės situacijos, sveikatos būklės, sergamumo, mirtingumo, sveikatos priežiūros išteklių, mokinių sveikatos, socialinės ekonominės būklės, aplinkos rodiklių stebėseną. Rodikliai yra lyginami su Lietuvos rodikliais. Stebėtų rodiklių skaičius – 51, parengta 1 stebėsenos ataskaita.

2.7.11. Šilalės rajono maudyklų vandens kokybės stebėseną

2022 m. gegužės–rugsėjo mėnesiais buvo stebimos 3 Šilalės rajono maudyklos: Paršėžerio ir Dievyčio ežerų bei Šilalės miesto Ašučio tvenkinio maudyklų mikrobiologiniai vandens tyrimai atliekami kas 2 savaites. Kiekvieną kartą buvo imama po du mėginius. Vienas mikrobiologinis tyrimas – dėl žarninių enterokokų kolonijas sudarančių vienetų skaičiaus nustatymo, kitas – dėl žarninių lazdelių kolonijas sudarančių vienetų skaičiaus nustatymo. Įvertinus atliktus maudyklų vandens tyrimų rezultatus, didelio užterštumo viso maudymosi sezono metu nenustatyta. Viso maudyklos buvo tirtos 8 kartus, atlikta 50 mikrobiologinių tyrimų ir stebėti 24 fiziniai ir cheminiai rodikliai. Maudyklų mėginiai atitiko HN 92:2018 „Papildiniai ir jų maudyklų vandens kokybė“ reikalavimus. Informacija apie maudyklų tyrimų rezultatus 9 kartus buvo patalpinta internetiniame puslapyje www.silalesvsb.lt, socialiniame tinkle www.facebook.com bei Šilalės rajono spaudoje. Veikla finansuojama Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis.

2.7.12. Savivaldybių suaugusiųjų gyvenimo tyrimas

2022 m. balandžio–birželio mėnesiais Šilalės rajono savivaldybėje, kaip ir visoje Lietuvoje, buvo vykdomas suaugusiųjų gyvenimo tyrimas, kurio metu apklausti atsitiktiniu būdu atrinkti 18 metų amžiaus ir vyresni gyventojai. Periodiškai vykdoma standartizuota suaugusiųjų gyvenimo stebėseną suteikia galimybę kaupti duomenis apie Lietuvos suaugusių gyventojų gyvenimo įpročius, palyginti gyvenimo rodiklius tiek savivaldos, tiek tarptautiniu lygmeniu, leidžia stebėti pokyčius ir tikslingai planuoti ir vykdyti prevencines priemones. Iš viso buvo apklausti 418 Šilalės rajono gyventojų. Tyrimo dalyviams Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos priežiūros specialistai pateikė anketas, kuriose buvo klausama apie mitybos įpročius, psichoaktyvių medžiagų suvartojimą, fizinį aktyvumą, savivaldybėje teikiamas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas, sveikatos raštingumą. Apklausa – anoniminė, duomenys buvo panaudoti tik apibendrinti statistinei analizei ir pateikti tyrimo išvadas.

2.7.13. Šilalės rajono mokinių profilaktinių sveikatos patikrinimų 2021/2022 m. duomenų analizė

Kasmetinis profilaktinis sveikatos patikrinimas, kurio metu įvertinama bendra sveikatos būklė, privalomas visiems vaikams iki 18 metų, taip pat pilnamečiams mokiniams, ugdomiems pagal bendrojo ugdymo programas. Mokinių sveikatos būklės duomenys naudojami mokinių sveikatos duomenų rinkimui, kaupimui, analizei ir vertinimui. Atsižvelgiant į mokinių sveikatos problemas yra kryptingai planuojama ir įgyvendinama sveikatos priežiūra bendrojo lavinimo mokyklose, organizuojamos tikslios sveikatos stiprinimo priemonės, susijusios su ligų ir traumų profilaktika. Duomenys apie vaikų sveikatos būklę gaunami iš statistinės apskaitos formos Nr. E027-1 „Mokinio sveikatos pažymėjimas“. Elektroniniu būdu užpildyti ir pasirašyti Pažymėjimai perduodami į Higienos instituto Vaikų sveikatos stebėsenos informacinę sistemą (VSS IS). Pagal pateiktus duomenis parengta ir pristatyta Šilalės rajono mokinių profilaktinių sveikatos patikrinimų 2021/2022 m. duomenų analizė.

2.8. Biuro veiklos viešinimas

Viešinant Biuro veiklą, aktualią informaciją, vykdam COVID-19 ligos profilaktiką ir valdymą rajono bei regioninės žiniasklaidos priemonėse publikuoti 163 Biuro specialistų parengti straipsniai, internete viešinti informaciniai pranešimai. Aktuali Biuro specialistų parengta informacija mokiniams bei tėvams talpinama mokyklų elektroniniuose dienynuose, stenduose, skelbimų lentose, viešinama savivaldybės, bendruomenių svetainėse bei *Facebook* paskyroje. Vadovaujantis Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2003 m. balandžio 18 d. nutarimo „Dėl Bendrųjų reikalavimų valstybės ir savivaldybių institucijų ir įstaigų interneto svetainėms aprašo patvirtinimo“ reikalavimais, nuolat atnaujinama informacija Biuro interneto svetainėje. Visame pasaulyje akcentuojant informacijos pasiekiamumo interneto kanalais svarbą, informacija nuolat atnaujinama ir talpinama socialinio tinklo *Facebook* paskyroje [https:// https://www.facebook.com/sveikatos.biuras](https://www.facebook.com/sveikatos.biuras). Šioje paskyroje Biuro informaciją seka 2900 asmenų.

2.9. Pandemijos valdymas

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovo 2020 m. kovo 16 d. sprendimu Nr. V-380 „Dėl visuomenės sveikatos priemonių, siekiant valdyti COVID-19 ligą (koronaviruso infekciją)“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro valstybės lygio ekstremaliosios situacijos valstybės operacijų vadovo 2020 m. kovo 18 d. sprendimu Nr. V-438 „Dėl bendradarbiavimo su savivaldybių visuomenės sveikatos biurais“ Šilalės visuomenės sveikatos biuro specialistai:

- dirbo koordinatoriais mobiliame punkte iki balandžio 30 d. dėl COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos (ištirti 2299 asmenys);
- vykdė COVID-19 ligos (koronaviruso infekcijos) atvejo ir protrūkio epidemiologinę diagnostiką ugdymo įstaigose, pildė skaitmenizuotas anketas apklausiant sergančiuosius, pildė duomenis ULSKIS sistemoje, tyrė atvejus savaitgaliais ir švenčių dienomis (atlikti 637 asmenų epidemiologinės diagnostikos tyrimai);
- koordinavo švietimo įstaigų darbuotojų vakcinavimą;
- teikė konsultacijas švietimo įstaigų vadovams, organizavo, koordinavo ir vykdė mokinių savikontrolę (savitesticiją) greitaisiais SARS-CoV-2 antígeno testais;
- teikė informaciją apie Covid-19 infekcijos prevenciją, karantino ribojimus, vakcinaciją telefonu, socialiniuose tinkluose ir www.silalesvsb.lt puslapyje;
- organizavo ir vykdė turėjusių sąlytį mokinių bei ugdymo įstaigos darbuotojų testavimą pagal algoritmą;
- teikė emocinę paramą, organizavo psichologinę pagalbą rajono gyventojams;
- organizavo intensyvų įstaigų, organizacijų ir visuomenės konsultavimą bei informavimą įvairiais su COVID-19 susijusiais klausimais (įskaitant laiką po darbo valandų bei savaitgaliais);
- rinko, rengė, teikė mokslu grįstą informaciją.

2.10. Vadovo indėlis į įstaigos veiklą

Būdamas Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos nariu, Biuras aktyviai dalyvauja asociacijos veikloje, kartu su kitais asociacijos nariais, teikia pasiūlymus dėl valstybės, savivaldybės institucijų, sveikatos priežiūros įstaigų veiklos kokybės tobulinimo, teisės aktų, reglamentuojančių visuomenės sveikatos sritį, keitimo, dalyvauja įvairių asociacijos darbo grupių veikloje, dalinasi ir keičiasi gerąja patirtimi. Biuro direktorė yra Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos Sveikatos stiprinimo grupės narė.

Atsižvelgiant į tai, kad visuomenės sveikatos priežiūros paslaugos iš dalies yra ir įvairių įstaigų, ir organizacijų veiklos dalis, tęsiamas glaudus bendradarbiavimas visuomenės sveikatos srityje su Šilalės rajono bendruomenėmis, Trečiojo amžiaus universiteto senjorais, neįgaliųjų

organizacijomis, asmens sveikatos priežiūros įstaigomis, kitomis biudžetinėmis ir valstybinėmis įstaigomis bei organizacijomis. Ieškoma naujų bendradarbiaujančių institucijų ir organizacijų.

Biuro direktorė dalyvavo rengiant 2022-2030 m. Tauragės regiono plėtros plano priemones, Apskritis antimikrobinio atsparumo valdymo grupės darbe, Šilalės rajono savivaldybės Vaiko gerovės komisijoje, Ekstremaliųjų situacijų operacijų centro, Bendruomenės sveikatos tarybos veikloje, konsultavo įstaigas, NVO sveikatinimo projektų rengimo ir įgyvendinimo klausimais.

Biuro direktorė konsultavo įmonių, įstaigų specialistus bei fizinius asmenis dėl COVID – 19 situacijos valdymo, skiepijimo, izoliacijos, prevencijos priemonių taikymo.

Daug dėmesio yra skiriama projektinei veiklai. Biuras dalyvavo 3 projektuose, finansuojamuose ES struktūrinių ir valstybės biudžeto fondų bei savivaldybės biudžeto lėšomis ir 3 savivaldybės projektuose.

Biuro direktorei yra suteikta Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos akredituota visuomenės sveikatos priežiūros specialisto licencija Privalomiejiems pirmosios pagalbos ir higienos įgūdžių mokymams vesti. Šių licencijų pagrindu Biurui suteikta visuomenės sveikatos priežiūros veiklos licencija.

Biuro direktorė yra Pagalbos onkologiniams ligoniams (POLA) savanorė Šilalės rajone, teikianti konsultacijas sveikatinimo klausimais bei išduodanti POLA korteles. Tokiu būdu prisidedama prie Lietuvos sveikatos programoje numatytų tikslų siekimo.

Daug dėmesio skiriama palankaus mikroklimato įstaigoje formavimui, darbuotojų kompetencijų didinimui ir kvalifikacijos kėlimui, įtraukimui į sprendimų priėmimą, komandiniam specialistų darbui.

Biuro direktorė įgyvendino vadovui išskeltas 2022 m. veiklos užduotis: vykdyti rajono maudyklų vandens stebėseną; organizuoti darbuotojų gaisrinės saugos mokymus – pratybas; išrinkti darbuotojo patikėtinį ir atstovą saugai ir sveikatai įstaigoje; atnaujinti Biuro teisės aktus, pasikeitus aukštesniems teisės aktams; įgyvendinti COVID – 19 valdymo priemones; įgyvendinti efektyvų finansinių ir materialinių išteklių valdymą.

2.11. Veiklos tobulinimo perspektyvos

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

Pagrindinės veiklos tobulinimo perspektyvos yra šios:

- siekti valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo pagal 2023 m. veiklos prioritetus ir nustatytas vertinimo kriterijų reikšmes;
- vykdant numatytas valstybės deleguotas ir savivaldybės savarankiškas funkcijas, dalyvauti Šilalės rajono savivaldybės projektų konkursuose dėl visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos, neformaliojo vaikų švietimo programos, sporto rėmimo programos, vaikų ir jaunimo vasaros poilsio programos priemonių įgyvendinimo. Taip pat esant galimybei dalyvauti projektuose, finansuojamuose iš ES ir valstybės biudžeto fondų;
- plėtoti įstaigos tarpinstitucinį bendradarbiavimą, siekiant didinti kitų sektorių indėlį į visuomenės sveikatos priežiūrą, vykdant bendras sveikatinimo programas ir priemones;
- viešinti Biuro veiklą bei visuomenės sveikatos stiprinimo ir prevencijos priemones socialiniuose tinkluose ir spaudoje, ieškoti naujų ryšių su visuomene formų ir būdų;
- stiprinti Biuro darbuotojų administracinius gebėjimus, sudarant sąlygas dirbantiems specialistams kelti kvalifikaciją ir tobulinti kompetencijas;
- stiprinti Biuro vidaus kontrolę, skirti didelį dėmesį palankaus įstaigos mikroklimato kūrimui.

2.12. Problemos, su kuriomis susiduriama Biuro veikloje

Valstybės deleguotos lėšos yra skiriamos tik visuomenės sveikatos priežiūros specialistų darbo užmokesčiui ir įstaigos veiklai. Darbo užmokesčio fonde nėra numatytų lėšų nei įstaigos direktoriaus, nei vyr. buhalterio, nei valytojo – aplinkos prižiūrėtojo darbo užmokesčiui, todėl jiems

darbo užmokestis skaičiuojamas iš lėšų, skirtų visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti (kai kuriuose savivaldybėse darbo užmokestis Biuro vadovui, buhalteriu ir valytojui pilnai mokamas iš savivaldybės biudžeto lėšų).

Nors valstybės deleguotų funkcijų vykdymui skiriamas finansavimas suteikia galimybę laiku planuoti bei vykdyti vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros veiklą, tačiau trūksta lėšų tinkamai vykdyti tęstines visuomenės sveikatos stiprinimo veiklas. Ši problema iš dalies sprendžiama pritraukiant projektines lėšas.

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

Visuomenės sveikatos specialistas privalo turėti aukštąjį universitetinį biomedicinos mokslų srities visuomenės sveikatos krypties išsilavinimą. Tokios srities specialistų trūksta visoje Lietuvoje, o specialistai, įgiję aukštesnįjį išsilavinimą, galės dirbti tik iki 2024 m. liepos 1 d. Specialistų, vykdančių sveikatos priežiūrą Šilalės rajono mokyklose, turinčių aukštąjį universitetinį biomedicinos mokslų srities visuomenės sveikatos krypties išsilavinimą, yra tik 2. Todėl ateityje specialistų paieška bus vienas iš didžiausių prioritetų ir iššūkių.

Nepalanki socialinė ir ekonominė situacija, dideli skirtumai tarp atskirų socialinių grupių, tarp miesto ir kaimo gyventojų, nedarbas, piktnaudžiavimas alkoholiniais gėrimais, gyventojų senėjimas, neigiamai veikia į gyventojų sveikatą ir jų emocinę būklę, didina sveikatos netolygumus.

Nepakankamas visuomenės sveikatos svarbos suvokimas bendruomenėje, vieningo tarpinstitucinio bendradarbiavimo stoka, nepakankamas kitų sektorių indėlis į visuomenės sveikatos priežiūros veiklą, apunkina visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymą.

III SKYRIUS PAGRINDINIAI FINANSINIAI RODIKLIAI

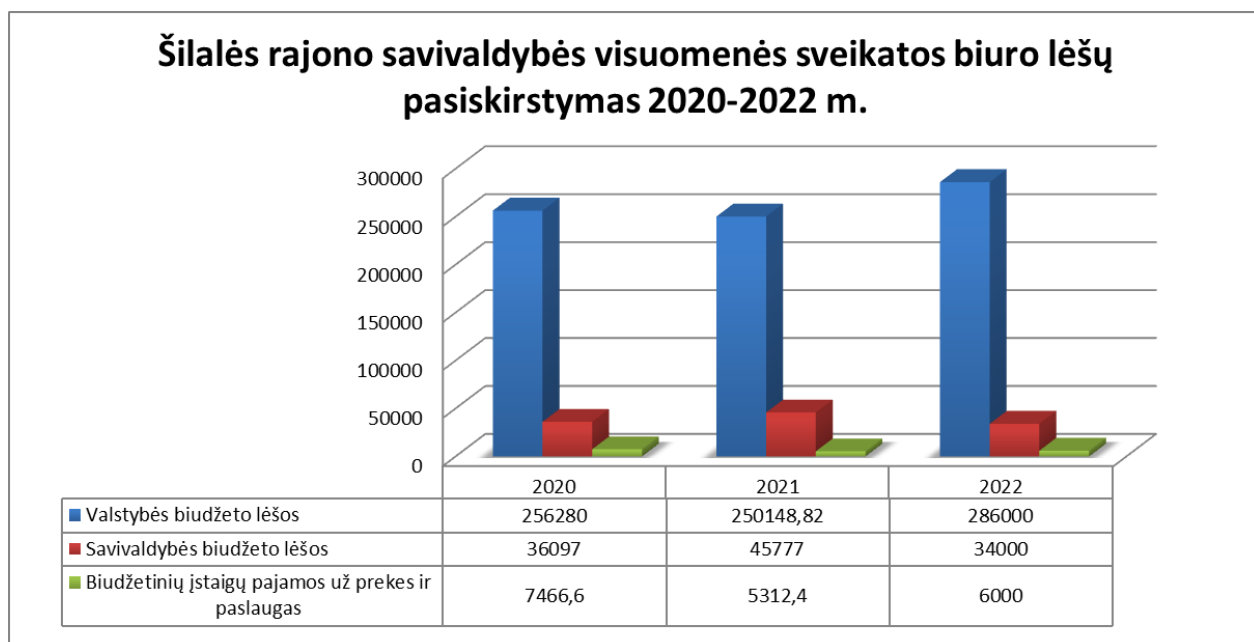
Biuro finansiniai metai sutampa su kalendoriniais metais. Pagrindiniai finansavimo šaltiniai: valstybės biudžeto dotacija valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos funkcijų vykdymui ir savivaldybės biudžeto lėšos. Įstaiga visas privalomas biudžeto vykdymo ir finansines ataskaitas,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

Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro gautos ir panaudotos lėšos 2022 m.:

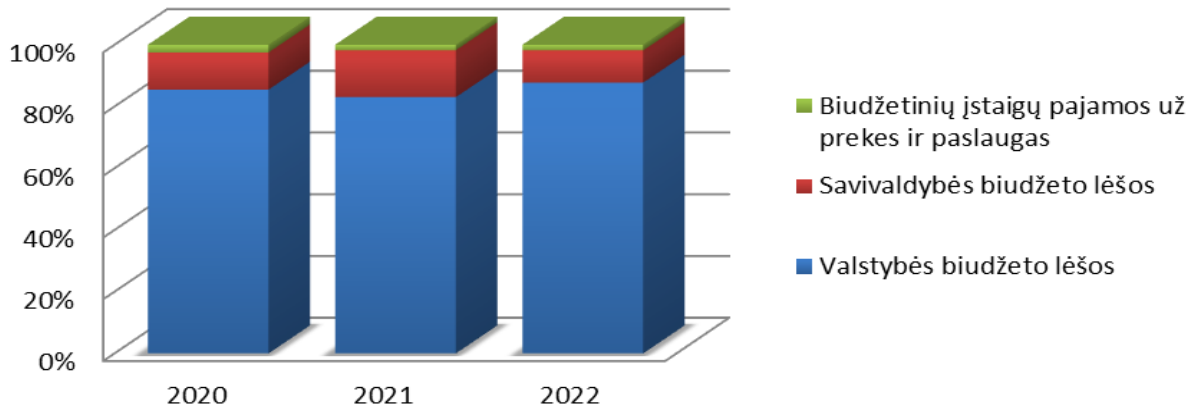
Finansavimas	Panaudota lėšų, EUR
Savivaldybės biudžeto lėšos	34000
iš jų:	
Darbo užmokesčiui	15600
Socialiniam draudimui (1,45 %)	0
Kitos paslaugos	4000
Kito ilgalaikio materialiojo turto įsigijimo išlaidos	14400
Gautos pajamos už paslaugas	6000
Iš jų:	
Ryšiai	700
Transportui	500
Komandiruotės	200
Komunalinių paslaugų įsigijimo išlaidos	2500
Reprezentacinės išlaidos	600

Kitų prekių ir paslaugų išlaidos	1500
Valstybės biudžeto lėšos (valstybės deleguotos lėšos) iš jų:	286000
Darbo užmokesčiui	213050
Socialiniam draudimui (1,45 %)	3350
Medikamentai	500
Transportui	1300
Ryšiai	500
Kvalifikacijos kėlimui	1000
Komunalinių paslaugų įsigijimo išlaidos	500
Kitų prekių ir paslaugų išlaidos	22300
Psichinės sveikatos gerinimo programa ir lėšos psichikos sveikatai stiprinti	43500
Programų lėšos Iš jų:	15152
Šilalės rajono savivaldybės neformaliojo vaikų švietimo programa (ES ir valstybės biudžeto lėšos)	9652
Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos specialiosios rėmimo programos lėšos (savivaldybės biudžeto lėšos)	5500
Projektas „Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas“	1530,31
Projektas „Integruotų priklausomybės ligų gydymo paslaugų kokybės ir prieinamumo gerinimas“	-
Projektas „Sveikatos paslaugų gerinimas Pakruojo ir Šilalės rajonų savivaldybių ugdymo įstaigose“	28253,02
Patirtų išlaidų kompensavimas (Sveikatos apsaugos ministerija)	3577,27
Bendra lėšų suma	374513,27

Biurui skirtų lėšų palyginimas 2020-2022 m.



Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro biudžeto lėšų pasiskirstymas 2020 -2022 m. (proc.)



Santrumpos:

NTAKD – Narkotikų, tabako, alkoholio kontrolės departamentas;

POLA – Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija;

NVO – Nevyriausybinės organizacijos;

SADM – Socialinės apsaugos ir darbo ministerija.

ES – Europos Sąjunga

Šilalės rajono savivaldybės

visuomenės sveikatos biuro direktorė Loreta Petkuvienė