



**PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS**

Laisvės a. 12, Prienai, į. k. 301846675

2019 M. VEIKLOS ATASKAITA

Parengė
Prienu rajono savivaldybės
visuomenės sveikatos biuro
direktorė
Ilona Lenčiauskienė

**PRIENAI
2020**

BENDROJI DALIS

Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras) yra Prienų rajono savivaldybės tarybos 2008 m. liepos 31 d. sprendimu Nr. T3-184 įsteigta biudžetinė įstaiga. Juridinių asmenų registre Biuras įregistruotas 2008 m. rugsėjo 4 d., įstaigos kodas 301846675.

Biuras savo veikloje vadovaujasi Lietuvos Respublikos Konstitucija, Lietuvos Respublikos vietos savivaldos, Biudžetinių įstaigų, Sveikatos sistemos, Visuomenės sveikatos priežiūros įstatymais, Prienų rajono savivaldybės tarybos patvirtintais nuostatais (2008 m. liepos 31 d. sprendimas Nr. T3-184).

Visuomenės sveikatos biuro veiklos tikslas – stiprinti Prienų rajono gyventojų sveikatą, didinant gyventojų atsakomybę už savo sveikatą, vykdant savivaldybės teritorijoje Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą visuomenės sveikatos priežiūrą, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas.

Biuras yra viešasis juridinis asmuo, turintis ūkinį, finansinį, organizacinį ir teisinį savarankiškumą. Pagrindinė Biuro veikla – visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų teikimas. Biuro ūkiniai metai sutampa su kalendoriniais metais, veikla yra neterminuota.

Biuras yra Lietuvos visuomenės sveikatos asociacijos (LVSA) ir Lietuvos visuomenės sveikatos biurų asociacijos (LVSBA) narys.

Biuro adresas – Revuonos g. 4, Prienai, LT-59118. Vieši pranešimai skelbiami Biuro interneto svetainėje <http://www.vsbprienai.lt>.

ŽMOGIŠKŲJŲ IŠTEKLIŲ VALDYMAS

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. gruodžio 18 d. įsakymu Nr. V-1461 „Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. sausio 23 d. įsakymo Nr. V-70 „Dėl rekomenduojamų visuomenės sveikatos specialistų pareigybių steigimo savivaldybėse“ pakeitimo“ buvo nuspręsta kreiptis į Prienų rajono savivaldybės tarybą dėl Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro didžiausio leistino pareigybių skaičiaus patvirtinimo. Prienų rajono savivaldybės tarybos 2019 m. sausio 24 d. sprendimu Nr. T3-20 „Dėl Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro didžiausio leistino pareigybių skaičiaus patvirtinimo“ buvo patvirtintas didžiausias leistinas pareigybių skaičius – 12 (1 lentelė). Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. gruodžio 18 d. įsakymu Nr. V-1461 „Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. sausio 23 d. įsakymo Nr. V-70 „Dėl rekomenduojamų visuomenės sveikatos specialistų pareigybių steigimo savivaldybėse“ pakeitimo“ ir Prienų rajono savivaldybės tarybos 2019 m. sausio 24 d. sprendimu Nr. T3-20 „Dėl Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro didžiausio leistino pareigybių skaičiaus patvirtinimo“ Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biure, steigiant visuomenės sveikatos specialisto (sveikatos priežiūrai mokykloje) pareigybę taikyti šie normatyvai:

1. vienam visuomenės sveikatos specialistui miesto gyvenamosiose vietovėse priskirta 740 mokinių, ugdomų pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas;

2. vienam visuomenės sveikatos specialistui kaimo gyvenamosiose vietovėse priskirta 360 mokinių, ugdomų pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas.

2019 m. gruodžio 31 d. duomenimis Biure dirbo 13 darbuotojų, o buvo užimta 11,75 etato. Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro pareigybių sąrašas pateiktas 1 lentelėje.

1 lentelė. Biuro pareigybių sąrašas

Pareigybė	Patvirtinta etatų	Užimta etatų
Direktorius	1	1
Buhalteris	1	1
Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stiprinimą	2	2
Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stebėseną	1	1
Visuomenės sveikatos specialistas (vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros paslaugų koordinatorius)	0,5	0,5
Visuomenės sveikatos specialistai, vykdamys sveikatos priežiūrą mokyklose	6,5	6,25
Iš viso:	12	11,75

Biuro struktūroje visi darbuotojai tiesiogiai pavaldūs Biuro direktoriui. Direktorius, buhalteris ir 4 visuomenės sveikatos specialistai, t.y. visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stiprinimą (2), visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stebėseną, visuomenės sveikatos specialistas (vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros paslaugų koordinatorius) veiklą vykde Biure, dar 7 visuomenės sveikatos specialistai veiklą vykde Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose.

Biuro darbuotojų išsilavinimas aukštasis universitetinis, pareigybės lygis A2. Visi specialistai atitinka Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos keliamus reikalavimus išsilavinimui ir kvalifikacijai.

Siekiant užtikrinti kokybišką visuomenės sveikatos paslaugų teikimą 2019 m. Biuro specialistams buvo sudarytos sąlygos dalyvauti specialistų kvalifikacijos kėlimo mokymuose, seminaruose, konferencijose ir suvažiavimuose aktualiomis sveikatos stiprinimo, žalingų įpročių prevencijos, užkrečiamųjų ligų profilaktikos bei kitomis aktualiomis temomis.

FINANSINIŲ IŠTEKLIŲ VALDYMAS

Biuro finansinė veikla vykdoma, vadovaujantis parengtu Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro apskaitos vadovu, patvirtintu 2010 m. sausio 22 d. direktoriaus įsakymu Nr. DV-5A ir Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro darbuotojų darbo užmokesčio tvarka patvirtinta 2017 m. sausio 31 d. direktoriaus įsakymu Nr. DV – 7.

Biuro buhalterinę apskaitą tvarko buhalterė. Ji atsako už buhalterinių įrašų teisingumą, finansinės atskaitomybės sudarymą ir pateikimą laiku.

2019 m. pagrindiniai Biuro finansavimo šaltiniai – Valstybės biudžeto specialioji tikslinė dotacija valstybinėms (valstybės perduotoms savivaldybėms) visuomenės sveikatos funkcijoms vykdyti – 87,6 proc., savivaldybės biudžeto lėšos – 10,1 proc. ir biudžetinių įstaigų pajamų lėšos – 2,3 proc. (2 lentelė). 2019 m. gautos lėšos įsisavintos 100 proc. 2019 m., lyginat su 2018 m, buvo skirtas didesnis valstybės biudžeto finansavimas visuomenės sveikatos funkcijoms vykdyti.

Valstybės biudžeto specialioji tikslinė dotacija, valstybinėms (valstybės perduotoms savivaldybėms) visuomenės sveikatos funkcijoms vykdyti, 2019 m. padidėjo beveik du kartus. Biuras, 2019 m., lyginat su 2018 m., mažiau gavo pajamų už privalomuosius mokymus (privalomasis higienos įgūdžių mokymas, privalomasis pirmosios pagalbos mokymas, privalomasis mokymas apie alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai).

2 lentelė. Biuro finansavimo šaltiniai

Eil. Nr.	Finansavimo šaltinio pavadinimas	Suma Eur	
		2018 m.	2019 m.
1.	Valstybės biudžeto specialioji tikslinė dotacija	103500	240900
1.1.	Visuomenės sveikatos stiprinimas ir stebėseną	42700	80400
1.2.	Mokinių visuomenės sveikatos priežiūra mokyklose	60800	126600
1.3.	Ankstyvojo savižudybių atpažinimo ir kompleksinės pagalbos savižudybės grėsmę patiriantiems asmenims teikimo sistemos sukūrimas	-	33900
2.	Prienų rajono savivaldybės biudžeto lėšos	26716,59	27800
3.	Biudžetinių įstaigų pajamų lėšos	7909,01	6276,18
	Iš viso:	138125,60	274976,18

Vidutiniškai sveikatinimo veiklai vykdyti 2019 m. buvo skiriama 10,5 Eur/ 1 Prienų rajono gyventojui per metus: Valstybės deleguota funkcija 9,2 Eur/ 1 gyv., savivaldybės lėšos – 1,06 Eur / 1 gyv. ir biudžetinės įstaigos uždirbtos pajamos – 0,24 Eur/ 1 gyv.

Išsami 2019 m. Biuro išlaidų sąmatos vykdymo ataskaita pateikiama 3 lentelėje. Didžioji dalis Biuro patirtų išlaidų 2019 m. buvo darbo užmokesčio ir socialinio draudimo sąnaudos – 70,7 proc.

3 lentelė. Pagrindinės Biuro veiklos sąnaudos

Eil. Nr.	Pagrindinės veiklos sąnaudos	Suma Eur	
		2018 m.	2019 m.
1.	Darbo užmokesčio sąnaudos	84885,71	191100,00
2.	Socialinio draudimo sąnaudos	27430,88	3200,00
3.	Komunalinių paslaugų sąnaudos	2000,00	2300,00
4.	Ryšio paslaugų sąnaudos	800,00	700,00
5.	Transporto išlaikymo sąnaudos	800,00	1300,00
6.	Kvalifikacijos kėlimo sąnaudos	1300,00	1400,00
7.	Komandiruočių sąnaudos	400,00	700,00
8.	Kitų prekių ir paslaugų įsigijimo sąnaudos	20309,01	74276,18
	Iš viso:	138125,60	274976,18

DOKUMENTŲ VALDYMAS

Biure už dokumentų rengimą ir tvarkymą bei personalo valdymą atsakingi Biuro direktorius, visuomenės sveikatos specialistai ir buhalteris. Kiekvienais metais tvirtinamas Biuro dokumentacijos planas, kuriuo vadovaujantis tvarkoma įstaigos dokumentacija. Dokumentų valdymo planas suderintas su Prienų rajono savivaldybės administracijos Ūkio skyriaus vyriausia archyvere. Pagal dokumentų registrų sąrašą 2019 m. iš viso buvo registruojamas 31 dokumentas (2018 m. - 37 dokumentai). Pagrindinių dokumentų, atskleidžiančių Biuro veiklą, registrai pateikti 4 lentelėje.

4 lentelė. Pagrindiniai dokumentų registrai

Eil. nr.	Dokumentų registrai	Užregistruotų dokumentų skaičius	
		2018 m.	2019 m.
1.	Gautų dokumentų registras (GR)	208	249
2.	Siunčiamų dokumentų registras (SR)	159	192
3.	Direktoriaus įsakymų personalo valdymo klausimais registras (DP)	223	207
4.	Direktoriaus įsakymų tvarkomosios organizacinės veiklos klausimais registras (DV)	166	165
5.	Direktoriaus įsakymų komandiruočių, atostogų klausimais registras (AK)	59	147
6.	Darbuotojų prašymų įvairiais darbo klausimais registras (IV)	113	238
7.	Dalyvių sąrašų registras	410	1210
8.	Biure iš viso užregistruota dokumentų	1338	2408

KORUPCIJOS PREVENCIJA

Biure parengta ir patvirtinta Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2019 – 2021 m. korupcijos prevencijos programa ir korupcijos prevencijos programos įgyvendinimo 2019 – 2021 m. priemonių planas (2019 m. sausio 2 d. įsakymas Nr. DV-1).

Kiekvienais metais kas ketvirtį biuras teikia Korupcijos prevencijos ataskaitas Sveikatos apsaugos ministerijos Korupcijos prevencijos skyriui. 2019 m. Biure korupcijos faktų nebuvo nustatyta.

VIEŠŪJŲ PIRKIMŲ ORGANIZAVIMAS

2020 m. buvo parengta ir pateikta 2019 m. Biuro vykdytų viešųjų pirkimų ataskaita. Parengta 2020 m. planuotų vykdyti viešųjų pirkimų suvestinė (viešųjų pirkimų planas).

2019 m. vykdyta 146 mažos vertės pirkimai: prekės – 15 185,43 Eur, paslaugos – 70 456,52 Eur. Pasirašytos 38 viešųjų pirkimų sutartys.

PRIVALOMOJO SVEIKATOS MOKYMO PASLAUGOS

Biuras pagal 2010 m. birželio 2 d. Valstybinės akreditavimo sveikatos priežiūros veiklai tarnybos prie Sveikatos apsaugos ministerijos suteiktą licenciją Nr. VSL-246 vykdo privalomuosius sveikatos mokymus (5 lentelė), kurie yra vienas iš Biuro finansavimo šaltinių. 2019 m. mažiau, lyginant su 2018 m., įvykdyta privalomųjų higienos įgūdžių mokymų, tačiau daugiau įvykdyta privalomųjų pirmosios pagalbos mokymų.

5 lentelė. 2018 - 2019 m. Biuro vykdyti privalomieji sveikatos mokymai

Vertinimo kriterijaus pavadinimas	Dalyvių skaičius	
	2018 m.	2019 m.
Privalomasis higienos įgūdžių mokymas	695	434
Privalomasis pirmosios pagalbos mokymas	240	357
Mokymas apie alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai	18	16

VALSTYBINIŲ (VALSTYBĖS PERDUOTŲ SAVIVALDYBĖMS) VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS FUNKCIJŲ VYKDYMAS

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 2019 – 01 – 16 raštu Nr. (10.2.1.8 – 411)10 – 287 „Dėl 2019 m. veiklos prioritetų“ ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos visuomenės sveikatos priežiūros plėtros savivaldybėse komisijos 2019 m. sausio 14 d. protokolo Nr. LP – 9 nutarimu Nr. 1 patvirtintais Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2019 m. veiklos prioritetais, Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro veikla 2019 m. buvo organizuojama atsižvelgiant į Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos nustatytus prioritetus:

I PRIORITETAS. Visuomenės psichikos sveikatos gerinimas.

Užtikrinti savižudybių prevencijos prioritetų nustatymą ilgojo ir trumpojo laikotarpių savižudybių prevencijos priemonių ir joms įgyvendinti reikiamo finansavimo planavimą:

1.1. Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviais medžiagomis ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas.

1.2. Priklausomybių konsultantų paslaugų teikimo savivaldybėse organizavimas.

1.3. Psichikos sveikatos kompetencijų didinimas įmonių darbuotojams.

1.4. Mokyklų bendruomenės gebėjimų psichikos sveikatos srityje stiprinimas - mokymų / supervizijų organizavimas mokyklos bendruomenių komandoms.

II PRIORITETAS. Sveikos mitybos įgūdžių formavimas ir fizinio aktyvumo skatinimas.

1. Plėtoti sveiką gyvenseną ir stiprinti mokinių sveikatos įgūdžius ugdymo įstaigose:

1.1. Sveikos mitybos organizavimo tobulinimas ir maisto švaistymo mažinimas.

1.2. Sveikatą stiprinančių mokyklų plėtra / priemonės „Aktyvi mokykla“ įgyvendinančių mokyklų plėtra.

1.3. Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas.

2. Stiprinti sveikos gyvensenos įgūdžius bendruomenėse:

2.1. Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių formavimas, daržovių vartojimo skatinimas.

2.2. Gyventojų fizinio aktyvumo skatinimas.

2.3. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimas.

2.4. Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas.

2.5. Burnos higienos užsiėmimų organizavimas tikslinėse grupėse (vaikams ir suaugusiems).

3. Vykdyti visuomenės sveikatos stebėseną savivaldybėje.

III PRIORITETAS. Savivaldybės visuomenės sveikatos biuro darbuotojų administracinių gebėjimų stiprinimas.

Visuomenės sveikatos specialistų, dirbančių mokykloje ir visuomenės sveikatos biuro darbuotojų kvalifikacijos kėlimas.

IV PRIORITETAS. Savivaldybės visuomenės sveikatos biuro veiklos viešinimas.

Savivaldybės visuomenės sveikatos biuro mokinių visuomenės sveikatos priežiūros veiklos ir Savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos stiprinimo veiklos viešinimas.

Išsami informacija apie Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų įvykdymą 2019 m. Prienų rajono savivaldybėje pateikiama ataskaitos 1 Priede.

VAIKŲ IR JAUNIMO SVEIKATOS PRIEŽIŪROS ORGANIZAVIMAS PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS UGDYMO ĮSTAIGOSE

Uždavinys - Rūpintis vaikų ir jaunimo sveikatos išsaugojimu bei stiprinimu, užtikrinant nuolatinę, kokybišką ir koordinuotą visuomenės sveikatos priežiūrą ugdymo įstaigose, formuojant vaikų ir tėvų sveikos gyvensenos įgūdžius ir teigiamą požiūrį į savo sveikatą.

Biuro visuomenės sveikatos specialistė, koordinuojanti vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros paslaugų teikimą, kartu su 7 visuomenės sveikatos specialistais, vykdančiais sveikatos priežiūrą mokyklose, yra atsakingos už šios veiklos organizavimą ir koordinavimą Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose.

2019 m. visuomenės sveikatos priežiūra buvo vykdoma dvylikoje Prienų rajono savivaldybės mokyklų, taip pat ir prie jų esančiuose ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo skyriuose ir Prienų miesto ikimokyklinio ugdymo įstaigose. Nuo 2019 m. kovo 4 d. buvo paskirta visuomenės sveikatos specialistė, kuri vykdė sveikatos priežiūrą Prienų miesto lopšeliuose-darželiuose: „Pasaka“, „Saulutė“, „Gintarėlis“ ir šio lopšelio – darželio skyriuje Strielčiuose. Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą ikimokyklinio ugdymo įstaigose vedė sveikatos ugdymo ir mokymo veiklas įvairiomis sveikatos temomis, pagal poreikį teikė pirmąją pagalbą, vykdė pedikuliozės profilaktiką, konsultavo pedagogus, tėvelius aktualiais sveikatos ir sveikos gyvensenos klausimais.

2019 m. rugsėjo mėn. duomenimis aptarnaujamų vaikų skaičius Prienų rajone – 3460. Visuomenės sveikatos specialistai veiklą vykdė priskirtose ugdymo įstaigose, atsižvelgiant į mokinių skaičių. Esant poreikiui ir galimybėms, į mokyklas buvo kviečiami lektoriai. Paskaitas mokyklose taip pat skaitė Biuro visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą ir visuomenės sveikatos specialistė, koordinuojanti vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros paslaugų teikimą. Pagal pateiktas metines visuomenės sveikatos specialistų, vykdančių sveikatos priežiūrą mokykloje, veiklos ataskaitas, viena tarp dažniausiai pasitaikančių visuomenės sveikatos specialisto, vykdančio sveikatos priežiūrą mokykloje, užregistruotų veiklų - pirmosios pagalbos teikimas ir konsultacijos. Mokinių apsilankymų, pas visuomenės sveikatos specialistą mokykloje, pasiskirstymas pagal priežastis 2019 m., pateiktas 6 lentelėje.

6 lentelė. Informacija apie mokinių apsilankymus pas visuomenės sveikatos specialistą mokykloje

Užregistruota mokinių apsilankymų pas visuomenės sveikatos specialistą mokykloje	Apsilankymų pasiskirstymas pagal priežastį		
	pirmoji pagalba	konsultacijos	kita
814	682	132	0

Pati svarbiausia visuomenės sveikatos specialisto funkcija ugdymo įstaigose yra sveikatos ugdymas ir mokymas. 7 lentelėje pateikta susisteminta informacija apie 2019 m. ugdymo įstaigose vykdytą sveikatos ugdymo ir mokymo veiklą.

7 lentelė. Sveikatos ugdymo ir mokymo renginiai 2019 m. Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose

Sveikatinimo veiklos sritis	Paskaitos	Aktyvūs užsiėmimai	Konkursai, akcijos	Stendai
Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	162	114	13	49
Sveika mityba ir nutukimo prevencija	64	15	17	45
Fizinis aktyvumas	41	132	30	31
Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	23	12	9	17
Aplinkos sveikata	12	2	1	7
Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	86	1	15	21
Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija	17	9	4	1
Tuberkuliozės profilaktika	4	0	0	0
Užkrečiamųjų ligų profilaktika ir asmens higiena	100	25	9	68
Dantų ėduonies profilaktika ir burnos higiena	70	12	2	4
Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	3	0	0	2
Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	78	12	3	14
Onkologinių ligų profilaktika	0	0	0	0
Kitos	4	0	1	0
Iš viso:	664	334	104	259
Bendras renginių skaičius	1102			259

Lyginant 2018 m. ir 2019 m. sveikatos ugdymo ir mokymo veiklų įgyvendinimą, stebimas akivaizdus veiklų įgyvendinimo padidėjimas 2019 m. Detali 2018 – 2019 m. sveikatos ugdymo ir mokymo įgyvendintų veiklų lyginamoji statistika, pagal skirtingas ugdymo formas, pateikta 8 lentelėje.

8 lentelė. 2018 – 2019 m. sveikatos ugdymo ir mokymo veiklų skaičius

Bendras renginių skaičius		Paskaitos		Aktyvūs užsiėmimai		Konkursai, akcijos		Stendai	
2018 m.	2019 m.	2018 m.	2019 m.	2018 m.	2019 m.	2018 m.	2019 m.	2018 m.	2019 m.
299	1102	146	664	102	334	51	104	343	259

Išsami, didesnės apimties 2019 m. vykdytų sveikatos ugdymo ir mokymo veiklų Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose, charakteristika.

Sveikatinimo veiklos sritis	Priemonės - Įvykdytos veiklos aprašymas
Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	<p>Dantų ėduonies profilaktikai, Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose nuolat vedami burnos higienos teoriniai ir praktiniai užsiėmimai: „Švyti balti dantukai“, „Tinkama burnos higiena – kelias į sveiką šypseną“, „Neduosim mikrobams dantukų suvalgyti“, „Švarūs dantukai – linksma šypseną“, „Švarūs sveiki dantukai“.</p> <p>Užsiėmimų metų mokiniai buvo mokomi taisyklingos burnos higienos priežiūros, taip pat atliko įvairias praktines užduoteles, žiūrėjo mokomuosius video filmukus.</p> <p>2019 m. spalio – gruodžio mėn. bendradarbiaujant su UAB „MediCA klinika“, Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose vyko burnos higienos užsiėmimai mokiniams, tėvams, pedagogams. Jų metu buvo kalbama apie dažniausiai paplitusias burnos ertmės ligas ir jų profilaktiką (dantų priežiūrą ir prevencines programas).</p>
Psichoaktyvių medžiagų vartojimo (rūkymo, alkoholinių gėrimų, narkotikų) prevencija	<p>Minint Pasaulinę dieną be tabako Prienų rajono bendrojo ugdymo mokyklose vyko protų mūšis.</p> <p>Spalio - lapkričio mėnesiais vyko stovykla „Bendravimas sveikatai – Sniego gniūžtės mokykla, 2019“. Stovykloje dalyvavo Jiezno, Stakliškių, Veiverių Tomo Žilinsko gimnazijos, Prienų „Žiburio“ gimnazijos I-II gimnazinių klasių mokiniai. Šioje stovykloje mokiniai mokomi padėti bendraamžiams ir jaunesniems moksleiviams gyventi sveikiau ir blaiviau. Per žaidimus, veiklas, psichologinius pratimus ir paskaitas sužinoma, kaip tinkamai išreikšti draugiškumą,</p>

	<p>pasisakyti apie problemas, palaikyti vieni kitus, priimti ir suteikti pagalbą. Stovykloje taip pat įgyjama žinių apie psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo žalą ir būdus, kaip jų atsisakyti.</p> <p>Prienuų r. bendrojo ugdymo įstaigose vyko paskaitos tema „<i>Elektroninių cigarečių žala</i>“, „<i>Aš nerūkau ir tu nerūkyk</i>“ akcija „<i>Tavo sprendimas - nerūkyti!</i>“.</p>
<p>Fizinio aktyvumo skatinimas</p>	<p>Mokiniamis skaitytos paskaitos „<i>Judėjimo nauda. Pajudėkime kartu</i>“. Visuomenės sveikatos specialistės, vykdančios sveikatos priežiūrą mokyklose, prisidėjo prie sporto švenčių, sveikatingumo savaitės ir kitų fizinį aktyvumą skatinančių renginių organizavimo Prienuų r. sav. lopšeliuose – darželiuose, bendrojo ugdymo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo skyriuose.</p> <p>2019 m. rugsėjo 16–22 d. vyko Europos judumo savaitės renginiai. Prie šios akcijos mielai prisidėjo Prienuų rajono bendrojo lavinimo mokyklos, ikimokyklinio ugdymo įstaigos.</p> <p>Prienuų „Ažuolo“ progimnazija organizavo judriąsias pertraukas, kurių metu mokiniai šoko įvairius šokius, mokėsi naujų judesių. Mokykloje vyko ir virvės traukimo varžybos, įvairios estafetės, šokinėjimas per gumą bei šokdynėmis, mokiniai žaidė kitus judriuosius žaidimus. Aktyviausieji mokiniai į mokyklą atvyko riedlentėmis, riedučiais ir dviračiais.</p> <p>Prienuų lopšeliuose – darželiuose taip pat aktyviai buvo paminėta Europos judumo savaitė. Visuomenės sveikatos specialistė organizavo kūrybiškas, sportiškas fizinio aktyvumo veiklas.</p> <p>2019 m. gegužės 10 d. Prienuų „Revuonos“ pagrindinėje mokykloje vyko renginys „<i>Judėjimo sveikatos labui diena</i>“, kurio metu priešmokyklinio ugdymo ir 1-4 klasių moksleiviai dalyvavo estafetėse, atliko mankštą ir aktyviai leido laiką.</p> <p>2019 m. gegužės 15 d. dalyvauta Prienuų „Žiburio“ gimnazijos renginyje „Orientavimo diena – 2019“ ir teiktos sveikos gyvensenos konsultacijas renginio dalyviams ir vykdytos kitos su sveikatos stiprinimu susijusios veiklos.</p> <p>2019 m. spalio 5 d. dalyvauta Prienuų „Žiburio“ gimnazijos „Mokytojo dienos regatoje 2019“, kurios metu teiktos sveikos gyvensenos konsultacijas renginio dalyviams ir vykdyta sveikatos stiprinimo akcija „Sveikata – didžiausias turtas“.</p>
<p>Sveikos mitybos propagavimas</p>	<p>Prienuų r. bendrojo ugdymo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo skyriuose ištisus metus vyksta paskaitos –</p>

	<p> praktiniai užsiėmimai sveikos mitybos temomis, vykdoma vaikų maitinimo organizavimo priežiūra. Vykdytos paskaitos „<i>Cukrus reikalingas ar žalingas?</i>“, „<i>Pusryčių svarba ir greitas maistas</i>“, praktiniai užsiėmimai: „<i>Kuriami sveiko maisto receptai</i>“, „<i>Valgau sveikai</i>“, „<i>Sveika mityba – sveika ateitis</i>“, „<i>Protų mūšis - Paminėta Europos sveikos mitybos diena</i>“, „<i>Palanki sveikatai mityba – žinau ką renkuosi</i>“. Bendradarbiaujanst su VšĮ „Sveikatai palankus“ 2019 m. spalio – gruodžio mėn. Prienų „Revuonos“ pagrindinėje mokykloje ir Prienų „Ažuolo“ progimnazijoje vyko projektas „<i>Vaikų sveikos gyvensenos akademija</i>“, kurio metu didžiausias dėmesys buvo skiriamas mitybai. Vaikai buvo mokomi subalansuotos mitybos pagrindų, analizuoti maisto produktų etiketes, maisto gaminimo ir degustacijos pagrindų. Mokiniam buvo išdėstyti pagrindiniai sveikos gyvensenos principai – mityba, psichikos sveikata ir poilsio režimas. Taip pat mokiniai buvo mokomi valgymo kultūros – valgymas-degustacija, stalo serviravimas, teigiamo požiūrio į maistą formavimas ir maisto gaminimo ir degustacijos pagrindų – priešpiečių dėžutės, receptai ir idėjos. O sėkmingo projekto pabaigą apvainikavo spektaklis-educacija „Brokoliuko kelionė po sveikatos šalį“. Prienų „Ažuolo“ progimnazijoje vyko akcija pasaulinės košės dienai paminėti „<i>Viru, viru košę</i>“. Akcijos metu mokiniai susipažino su košių įvairove, jų nauda sveikatai. Vaikams vaizdžiai buvo pateiktos įvairios kruopos, kurias mokiniai turėjo atpažinti ir įvardyti jų pavadinimus. Įgiję naujų žinių, visi drauge virė grikių košę, gardino ją įvairiais priedais (riešutais, spanguolėmis, razinomis, džiovintomis kriaušėmis). </p>
--	---

<p>Traumatizmo profilaktika</p>	<p>Visus metus vykdant traumų ir nelaimingų atsitikimų prevenciją, buvo vedamos paskaitos - praktiniai užsiėmimai „<i>Traumų prevencija ir pirmoji pagalba</i>“, „<i>Atpažink ir sutvarstyk</i>“, kurių metu mokiniai sužinojo, kaip teikti pirmąją pagalbą ūmių būklių atveju, ką reikėtų daryti užspringus, praktiškai mokėsi žaizdų tvarstymo būdų.</p> <p>Prienuų rajono bendrojo ugdymo mokyklų 1-12 klasių mokiniams gegužės mėnesį vyko paskaitų ciklas „<i>Būk saugus vasarą</i>“. Sausio mėnesį vyko paskaitos/filmų peržiūra „<i>Vandeny būk atsargus, tu – ne žuvis, o tik žmogus!</i>“ Mokiniai buvo supažindinami su saugumo ant ledo taisyklėmis, pirmosios pagalbos teikimu įlūžus į ledinį vandenį. Mokomieji filmukai, aiškiai parodė, kaip tikslingai mokiniai turėtų elgtis ekstremalioje situacijoje.</p>
<p>Užkrečiamų ligų profilaktika</p>	<p>Lapkričio mėnesį buvo organizuotas 10 – 11 ar II – III gimnazinių klasių moksleivių konkursas „<i>Drauge nugalėsime bakterijų atsparumą antibiotikams</i>“.</p> <p>Konkursas buvo skirtas Europos supratimo apie antibiotikus dienai paminėti. Konkursas yra viena iš moksleivių saviraiškos ir sąmoningumo ugdymo formų, kurianti vertybinę sveikatos sampratą, skatinanti domėtis sveikatos saugojimo ir stiprinimo galimybėmis.</p> <p>Prienuų rajono bendrojo ugdymo mokyklose buvo skaitytos paskaitos, rengiami protų mūšiai šiomis temomis: „<i>Supratimas apie mikroorganizmų atsparumą antibiotikams</i>“, „<i>Antibiotikus vartokime atsakingai</i>“.</p> <p>Gruodžio mėnesį Prienuų r. bendrojo ugdymo mokyklose vyko akcijos „<i>Geriamo žolelių arbatas</i>“, kurių metu mokiniai ir mokyklos bendruomenės buvo supažindinti su vaistažolių naudingosiomis savybėmis, vaišinosi įvairiomis arbatomis.</p> <p>Prasidėjus šaltajam sezonui didelis dėmesys skiriamas rankų higienai. Visuomenės sveikatos specialistės vedė paskaitas – praktinius užsiėmimus „<i>Plaunu rankas – saugau save</i>“, „<i>Plaunu rankas – plaunu bakterijas</i>“, „<i>Aš ir mikrobai</i>“, „<i>Švara visur ir visada</i>“, akcija „<i>Švairių rankų šokis</i>“. Praktinių užsiėmimų metu vaikai buvo mokomi taisyklingų rankų plovimo judesių.</p>
<p>Lytiškumo ugdymas</p>	<p>Gruodžio 1–ąją minint Pasaulinę AIDS dieną, vyresniųjų klasių mokiniams vyko protmūšis „<i>AIDS: geriau žinoti 2019!</i>“. Pagal poreikį buvo vedamos paskaitos „<i>Pažink save</i>“, „<i>Mergaitėms apie mergaites</i>“ ir „<i>Berniukams apie berniukus</i>“.</p>

<p>Aplinkos sveikata</p>	<p>Balandžio mėnesį, minint Tarptautinę triukšmo suvokimo dieną Prienų r. bendrojo lavinimo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose vyko pamokos – praktiniai užsiėmimai „<i>Išgirskime tylą</i>“. Užsiėmimų metu mokiniams buvo pasakojama apie triukšmo keliamus pavojus sveikatai ir supažindinta su priemonėmis, padedančiomis išvengti triukšmo žalingų padarinių.</p> <p>Lapkričio mėnesį Prienų r. Veiverių Tomo Žilinsko gimnazijos 2 klasės mokiniai dalyvavo visuomenės sveikatos specialistės, vykdančios sveikatos priežiūrą mokykloje surengtoje paskaitoje „<i>Vanduo ir jo nauda žmogaus sveikatai</i>“. Užsiėmimo metu mokiniai diskutavo apie vandens naudą. Taip pat atsakinėjo į klausimus susijusius su vandens nauda žmogaus sveikatai.</p> <p>Kitose Prienų r. bendrojo ugdymo mokyklose vyko akcija skirta <i>Pasaulinei vandens dienai paminėti</i>. Akcijos metu vyko vandens degustacija. Mokiniai galėjo ragauti įvairiais priedais pagardintą vandenį: su mėtomis ir spanguolėmis, citrinomis, apelsinais, greipfrutais. Taip pat mokiniai galėjo spręsti kryžiažodį ir laimėti prizų.</p>
<p>Psichikos sveikata</p>	<p>Bendrojo ugdymo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo skyriuose vyko paskaitos „<i>Emocijų šalyje</i>“, „<i>Emocinė būseną</i>“. Jau nuo pat mažens svarbu mokėti atpažinti skirtingas emocijas ir jas įvardinti. Pamokėlių metu vaikai išmoksta atpažinti ir valdyti emocijas, rūpintis ir padėti kitiems, kurti pozityvius santykius, priimti atsakingus sprendimus ir suvaldyti sudėtingas situacijas konstruktyviai.</p> <p>2019 m. gegužės 25 d. dalyvauta Išlaužo pagrindinės mokyklos šeimų šventėje „Didžiausia vertybė – šeima“, kurios metu, bendradarbiaujant su mokyklos bendruomene, renginio dalyviams buvo organizuotos įvairios fizinio aktyvumo veiklos, rungtys, konkursai ir teiktos sveikos gyvensenos konsultacijos.</p> <p>Bendradarbiaujanst su VšĮ „Sveikatai palankus“ 2019 m. spalio – gruodžio mėn. Prienų „Revuonos“ pagrindinėje mokykloje ir Prienų „Ažuolo“ progimnazijoje vyko projektas „<i>Vaičių sveikos gyvensenos akademija</i>“, kurio metu šalia mitybos temų atkreiptas dėmesys ir į psichinę sveikatą. Siekiant stiprinti psichinę sveikatą, mokiniai buvo mokomi kokiais būdais galima valdyti emocijas, t.y. kvėpavimo pratimų, atsipalaidavimo technikų, padėsiančių vaikams</p>

	<p>atpažinti emocijas ir išmokti priimti jas bei valdyti. . Taip pat mokiniai buvo supažindinti su pagrindiniais sveikos gyvensenos principais – mityba, psichikos sveikata ir poilsio režimu.</p> <p>2019 m. spalio – gruodžio mėn. Prienų „Žiburio“ gimnazijoje 3 – 4 gimnazinių klasių mokiniams vyko mokymai „Išsąmoninimu grįsta streso valdymo programa moksleiviams“, norintiems labiau suprasti ir pažinti save, aiškiau atpažinti emocijas ir jų prigimtį, atrasti naujų būdų gyventi su patiriamu stresu, išmokti naujų mąstymo modelių padedančių išlikti psichologiškai lanksčiais. Lektorius P. Rakštikas.</p> <p>2019 m. rugsėjo – gruodžio mėn. Jiezno gimnazijos 7 ir 9 klasių ir Išlaužo pagrindinės mokyklos 6, 8 ir 10 klasių mokiniams vykdytas projektas „Herojaus kelionė“. Projekto metu mokiniams buvo organizuojamos veiklos, taikant emocijų valdymo, pykčio, agresijos įveikimo, empatijos sau ir kitiems, kūno, teatro, meno, žaidybinius metodus. Projekto vykdytojas VšĮ „Domus Solis“.</p> <p>2019 m. buvo vykdoma Ankstyvosios intervencijos programa, kuri skirta eksperimentuojantiems ir pradedantiems vartoti alkoholį ir kitas psichoaktyvias medžiagas, išskyrus rūkymą, asmenims.</p>
<p>Sveikatos sauga ir stiprinimas, kiti bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai</p>	<p>Lapkričio mėnesį buvo organizuota mokinių konferencija „Mokinys – mokiniui“. Konferencijos metu keturių Prienų rajono mokyklų mokiniai pristatė pranešimus sveikos gyvensenos ir patyčių prevencijos temomis. Konferencijos tikslas – skatinti Prienų rajono bendrojo ugdymo įstaigų mokinių bendravimą bei bendradarbiavimą, dalinimąsi atliktų veiklų gerąja patirtimi sveikatos srityje.</p> <p>2019 m. spalio mėn. dalyvauta Prienų „Revuonos“ pagrindinės mokyklos vykusiame renginyje „Sveikatingumo diena“, kurioje dalyvavo pradinė klasių mokiniai ir tėveliai. Renginio metu vaikai mankštinosi, rungėsi estafetėse, dėliojo „fizinio aktyvumo“ piramides, dalyvavo protų mūšyje, kūrė plakatus ir šūkius susijusius su sveikata. Diena skirta atkreipti mokinių dėmesį į sveiką gyvenseną, priminti, kodėl taip svarbu būti sveikam ir aktyviam.</p>

Visuomenės sveikatos specialistai, vykdantys sveikatos priežiūrą mokyklose, vykde ir kitas teisės aktais numatytas funkcijas:

- pagal galiojančią mokinių maitinimo tvarką, bendrojo lavinimo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose vykde mokinių maitinimo organizavimo priežiūrą. Vieną kartą per savaitę buvo tikrinama, kad maitinimas būtų organizuojamas pagal mokyklos steigėjo ar jo įgalioto asmens patvirtintus valgiaraščius ir užkandžių asortimento sąrašus. Mokinių maitinimo organizavimo tvarką prižiūrintis specialistas kartą per savaitę pildė „Valgiaraščio ir mokinių maitinimo atitikties“ žurnalą. 2019 m. atlikti 934 patikrinimai.

- atliko mokyklose aplinkos atitikties vertinimą (atliekamas 1 kartą per metus, esant poreikiui mokyklos aplinka vertinama ir dažniau), kurio metu pildoma ataskaita.

- teikė pagalbą kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, sudarė fizinio pajėgumo grupių sąrašus, pagal galimybes budėjo sporto renginiuose, esant poreikiui teikė pirmąją pagalbą.

- rinko informaciją apie kasmetinius mokinių sveikatos profilaktinius patikrinimus, duomenis vedė į Vaikų sveikatos stebėsenos informacinę sistemą (VSSIS), apibendrino informaciją, pristatė ją mokyklų bendruomenėms ir kitoms institucijoms pagal poreikį, teikė rekomendacijas dėl prevencinių veiklų vykdymo mokyklose. Informacija apie mokinių sveikatos sutrikimų būklę, registruojama pagal šeimos gydytojo išduotą Vaiko sveikatos pažymėjimą (forma Nr. 027-1/a).

- dalyvavo mokyklos vaiko gerovės darbo grupių, sprendžiančių mokinių psichologines, adaptacijos ir socialines problemas, veikloje. 2019 m. visuomenės sveikatos priežiūros specialistės dalyvavo 40 darbo grupių susirinkimų.

- vykde užkrečiamųjų ligų epidemiologinę priežiūrą: gripo epidemijos metu skaičiavo, kiek mokinių neatvyko į mokyklą; vykde pedikuliozės profilaktinius tikrinimus pagal patvirtintą tvarką. 2019 m. buvo patikrinti ikimokyklinio ugdymo grupių ir 0 - 12 klasių 2914 mokinių, patikrinimų metu buvo nustatyti 44 pedikuliozės atvejai.

- Kita veikla: dalyvavimas sveikatą stiprinančios mokyklos organizacinėje grupėje, vidaus audito darbo grupių veikloje ir kt.

Vadovaujantis Prienų rajono savivaldybės administracijos direktoriaus 2018 m. vasario 20 d. įsakymu Nr. A3 – 127 patvirtintu Ankstyvosios intervencijos programos vykdymo Prienų rajono savivaldybėje tvarkos aprašu nuo 2018 m. Biure sėkmingai įgyvendinama Ankstyvosios intervencijos programa. Programos tikslas - suteikti nepilnamečiams (nuo 14 metų amžiaus), kurie vartoja psichoaktyvias medžiagas, t. y. eksperimentatoriams ir nereguliariems psichoaktyviųjų medžiagų vartotojams, ankstyvosios intervencijos paslaugas ir taip užkirsti kelią jauniems asmenims tapti priklausomiems nuo minėtų medžiagų vartojimo. Ankstyvosios intervencijos programos įgyvendinimą organizuoja Prienų r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, programą vykdo Prienų r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (Prienų VSB) ir Prienų švietimo pagalbos tarnybos (Prienų ŠPT) specialistai. Už programos vykdymą atsako Biuro visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči visuomenės sveikatos stebėseną. 2019 m. Ankstyvosios intervencijos programą baigė 8 mokiniai, o buvo suplanuota – 12 mokinių, įvykdymo procentas – 66,7 procento. Kai tuo tarpu 2018 m. Ankstyvosios intervencijos programa nebuvo vykdyta, nes nesusidarė 6 asmenų grupė, kad galėtų vykti programa. Į Biurą kreipėsi tik 3 asmenys, norintys dalyvauti ankstyvosios intervencijos programoje.

SVEIKATOS STIPRINIMAS PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖJE

Uždavinys – stiprinti visuomenės sveikatą Prienų rajono savivaldybės bendruomenėse, skatinti fizinį aktyvumą, didinti gyventojų informuotumą apie lėtinių neinfekcinių ir infekcinių ligų pagrindinius rizikos veiksnius, ligų ir traumų profilaktiką.

Visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stiprinimą, visuomenės sveikatos specialistas, vykdamas visuomenės sveikatos stebėseną bei visuomenės sveikatos specialistas (vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros paslaugų koordinatorius) savivaldybės gyventojams teikė visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugas, organizavo ir vykdė sveikatos stiprinimo renginius (9 lentelė). Bendras sveikatinimo renginių skaičius 2019 m. buvo 315, kai tuo tarpu 2018 m. - 133.

9 lentelė. Prienų rajono bendruomenėje vykdytos sveikatos stiprinimo veiklos 2019 m.

Sveikatinimo veiklos sritis	Paskaitos	Aktyvūs užsiėmimai	Konkursai, akcijos
Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimais	-	1	10
Sveika mityba ir nutukimo prevencija	1		31
Fizinis aktyvumas	2	193	17
Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	10	24	-
Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	-	2	-
Lytiškumo ugdymas	1	-	-
Užkrečiamųjų ligų profilaktika ir asmens higiena	5	4	-
Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	1	-	1
Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	-	3	1
Onkologinių ligų prevencija	1	-	-
Kitos	-	-	7
Bendras renginių skaičius		315	

Stiprinant Prienų rajono gyventojų sveikatą, gana daug padaryta fizinio aktyvumo skatinimo srityje. Biuras du kartus savaitėje organizuoja nemokamus fizinio aktyvumo užsiėmimus senjorams. Didelio gyventojų aktyvumo ir susidomėjimo sulaukė organizuojami nemokami jogos, kalnetikos užsiėmimai, sveikatą stiprinančios mankštos įvairaus amžiaus žmonėms, šiaurietiškojo vaikščiavimo mokymai. 2019 m. buvo organizuoti du pėsčiųjų žygiai: 10 kilometrų šiaurietiškojo ėjimo žygis Žvėrinčiaus miško taku ir pažintinis pėsčiųjų žygis po Stakliškių seniūnijos apylinkes.

Bendradarbiaujant su VšĮ TrenkTuras, Prienų rajone vykusiame Trenk Turo Pėsčiųjų žygyje „Nemuno kilpomis“, Biuro sąnaudomis buvo įgyvendintos fizinio aktyvumo bei sveikos gyvensenos veiklos žygio dalyviams. Taip pat VšĮ TrenkTuras buvo konsultuota teorinėmis bei metodologinėmis žiniomis rengiant visą reikalingą medžiagą apie fizinio aktyvumo svarbą bei planuojant sveikos gyvensenos veiklas žygio metu.

Išsamus, didesnės apimties 2019 m. vykdytų sveikatos stiprinimo veiklų Prienų rajono bendruomenėje, aprašymas. Bendradarbiaujant su socialiniais partneriais visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugos buvo teikiamos Prienų rajono seniūnijose, bendruomenėse, Prienų rajono viešosiose įstaigose, įmonėse, organizacijose. Visuomenės sveikatos specialistai Prienų rajono gyventojams teikė konsultacijas ir rekomendacijas sveikatos stiprinimo ir sveikos gyvensenos klausimais.

Sveikatinimo veiklos sritis	<i>Priemonės – įvykdytos veiklos aprašymas</i>
Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimais	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 2019 m. vyko konkursas „Sveikiausia įmonė / įstaiga 2019“, kuriame dalyvavo 5 įstaigos (Šilavoto pagrindinė mokykla, Prienų lopšelis-darželis „Saulutė“, Prienų r. savivaldybės socialinių paslaugų centras, Prienų globos namai ir Prienų r. policijos komisariatas). Konkursą organizavo Prienų r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, partneris – Prienų rajono savivaldybė. Visuomenės sveikatos biuro specialistai atvykę į įstaigą atliko kūno kompozicijos analizę bei kraujospūdžio matavimus, konsultavo sveikos gyvensenos klausimais ir kt. 2019 metų sveikiausia įstaiga tapo – Šilavoto pagrindinė mokykla. ▪ Prienų-Birštono diabeto klube „Versmė“ buvo skaityta paskaita „Sveika gyvensena ir cukrinis diabetas“. ▪ 2019 m. liepos mėn. dalyvavome Trenk Turo Pėsčiųjų žygyje „Nemuno kilpomis“ poilsio ir registracijos punkte Prienų kultūros ir laisvalaikio centre. ▪ 2019 m. vyko protų mūšiai „Sveika gyvensena“. ▪ 2019 m. Prienų r. sav. visuomenės sveikatos biure buvo teikiamos sveikos gyvensenos konsultacijos.
Sveika mityba ir nutukimo prevencija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 2019 m. Prienuose lankėsi ir paskaitą „Maistas – vaistas: kelias į sveikatą, gijimą ir laimę“ skaitė Lietuvos sveikatos mokslų universiteto klinikų gydytoja onkologė Edita Juodžbalienė. ▪ 2019 m. vyko paskaitos - praktiniai užsiėmimai „Sveikatai palanki mityba“. ▪ 2019 m. balandžio mėnesį specialistės lankėsi Prienų r. pirminės sveikatos priežiūros įstaigose ir teikė mitybos, fizinio aktyvumo konsultacijas bei atliko individualius kūno kompozicijos įvertinimus. ▪ 2019 m. buvo organizuojami protų mūšiai sveikos mitybos temomis. ▪ 2019 m. Prienų r. savivaldybės visuomenės sveikatos biure buvo teikiamos individualios sveikos mitybos konsultacijos.

Sveikatinimo veiklos sritis	<i>Priemonės – įvykdytos veiklos aprašymas</i>
	2019 m. balandžio 10 d. Prienų rajono nėščiosioms ir pagimdžiusioms moterims buvo organizuota paskaita „Natūralus maitinimas“.
Fizinis aktyvumas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 2019 m. Prienų r. sav. visuomenės sveikatos biuras nemokamai teikė šias fizinio aktyvumo paslaugas: jogos, kalanetikos užsiėmimus, šiaurietiškojo ėjimo mokymus, sveikatingumo mankštas senjorams ir sveikatingumo mankštas įvairaus amžiaus Prienų rajono gyventojams. ▪ Rugsėjo 16 – 22 dienomis organizavome konkursą „Mes minime Europos judumo savaitę“, kuriame galėjo dalyvauti Prienų miesto ir rajono įmonės / įstaigos. Konkurse dalyvavo Prienų meno mokyklos, Prienų „Ažuolo“ progimnazijos ir Prienų ligoninės kolektyvai. ▪ Rugsėjo 21 d. vyko pėsčiųjų žygis po Stakliškių apylinkes, kuris skirtas Europos judumo savaičiai paminėti. Žygio metu lydėjo kultūrologė, kuri žygeivius supažindino su Stakliškių apylinkėmis. ▪ Birželio mėn. visus Prienų r. gyventojus kvietėme į 10 kilometrų šiaurietiškojo ėjimo žygį Žvėrinčiaus miško taku. Žygyje sulaukėme ne tik bendruomenės narių, jame gausiai dalyvavo ir sveikuolių klubo „Versmenė“ narės. Visi dalyviai žygiavo pagal savo sveikatos galimybes, vieni ėjo trumpesnius, kiti ilgesnius atstumus.

Sveikatinimo veiklos sritis	<i>Priemonės – įvykdytos veiklos aprašymas</i>
<p style="text-align: center;">Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 2019 m. Prienuose lankėsi genetikas med. dr. Danielius Serapinas ir skaitė paskaitą „Gyvenimo būdo įtaka genams ir streso valdymui“. ▪ 2019 m. vyko paskaita „Neuromokslai apie asmenybės atsparumą stresui“, lektorius gydytojas neurochirurgas doc. dr. K. Skauminas. ▪ 2019 m. Prienuose ir Prienų r. vyko paskaitos „Kaip pergudrauti stresą? Psichologinės savigynos ABC“, „Asmenybės savęs pažinimas – sėkmingos veiklos pamatas. Pažįsti save – žinai savo galimybes. Asmenybės savižinos būdai: psichogeometrija, transakcinė analizė, neurolingvistinis programavimas“ Lektorė L. Laurinčiukienė. ▪ 2019 m. Prienų rajono pedagogams vyko seminaras „5 žingsnių metodas, bet kokiai problemai išspręsti“. Lektorė R. Regalė. ▪ 2019 m. Prienuose ir Prienų r. buvo organizuojami „SafeTALK“ mokymai apie tai, kaip atpažinti savižudybės pavojų ir nukreipti žmogų pagalbos. Taip pat buvo organizuojami savižudybių prevencijos „ASIST“ mokymai. Tai dviejų dienų savižudybių intervencijos įgūdžių mokymai, kurių tikslas – įgalinti dalyvius atpažinti, kad asmuo galvoja apie savižudybę, ir padėti užtikrinti jo saugumą. ▪ 2019 m. rugsėjo – gruodžio mėn. Prienų globos namuose vyko 40 val. mokymai „Psichinės sveikatos kompetencijų didinimas įmonių darbuotojams“. ▪ 2019 m. rugsėjo – gruodžio mėn. Prienų „Žiburio“ gimnazijos ir Prienų „Revuonos“ pagrindinės mokyklos pedagogams buvo organizuoti 32 val. mokymai „Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimas“.
<p style="text-align: center;">Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nuo 2019 m. balandžio mėn. Prienų rajono gyventojams teikiama nemokama priklausomybių konsultavimo paslauga. ▪ 2019 m. rugsėjo mėn. vyko seminaras „Priklausomybių ligų atpažinimo, pirminio kontakto ir motyvacijos gydymuisi mokymai“. Lektoriai: G. Jurevičius ir D. Smailys.

Sveikatinimo veiklos sritis	<i>Priemonės – įvykdytos veiklos aprašymas</i>
Užkrečiamųjų ligų profilaktika ir asmens higiena	2019 m. vyko protų mūšiai „ <i>Gripui – ne</i> “, teoriniai užsiėmimai „ <i>Antibiotikus vartokime atsakingai</i> “ ir paskaitos-praktiniai užsiėmimai „ <i>Užkrečiamųjų ligų profilaktika</i> “.
Eduonies profilaktika ir burnos higiena	2019 m. spalio – gruodžio mėn. bendradarbiaujant su UAB „ <i>MediCA klinika</i> “, Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose vyko burnos higienos užsiėmimai mokiniams, tėvams, pedagogams. Jų metu buvo kalbama apie dažniausiai paplitusias burnos ertmės ligas ir jų profilaktiką (dantų priežiūrą ir prevencines programas).
Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dalyvavome Prienų krašto mugėje „<i>Rudens spalvos</i>“ ir sporto šventėje, kurioje priminėme, kad rugsėjo 29 d. – Pasaulinė širdies diena. Minint šią dieną kvietėme pažadėti savo širdžiai, artimojo širdžiai, mūsų visų širdims maitintis sveikiau, dažniau užsiimti fizinio aktyvumo veikla, nerūkyti. ▪ Visus metus vykdyta širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programa. Programos vykdymo metu vyko paskaitų ciklas, kurių metu programoje dalyvaujantys asmenys supažindinti su širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos veiksniais, sveikos gyvensenos principais.
Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	2019 m. vyko praktiniai užsiėmimai „ <i>Pirmoji pagalba</i> “. Taip pat buvo organizuojami protų mūšiai „ <i>Pirmoji pagalba</i> “. 2019 m. lapkričio 15 d. bendradarbiaujant su Alytaus apskrities vyriausiojo policijos komisariato Prienų rajono policijos komisariatu, dalyvauta atšvaitų dalinimo akcijoje skirtoje žuvusiems eismo įvykiuose atminti.
Kitos	2019 m. kovo 11 d. Biuras dalyvavo Lietuvos nepriklausomybės atkūrimo šventėje ir bėgime, 2019 m. gegužės 19 d. Prienų krašto vasaros šventėje, renginyje „ <i>Sporto ir pramogų popietė</i> “, Prienų rajono seniūnijų (Balbieriškio, Šilavoto, Pakuonio, Veiverių, Išlaužo) vasaros šventėse. Biuro sveikatos palapinėje buvo galima pasimatuoti arterinį kraujo spaudimą, atlikti kūno sudėties analizę, pasitikrinti sveikatos žinias dalyvaujant viktorinoje. Taip pat susipažinti su vaizdinėmis priemonėmis. 2019 m. spalio 5 d. dalyvauta Prienų „ <i>Žiburio</i> “ gimnazijos „ <i>Mokytojo dienos regatoje 2019</i> “, kurios

Sveikatinimo veiklos sritis	<i>Priemonės – įvykdytos veiklos aprašymas</i>
	metu teiktos sveikos gyvensenos konsultacijas renginio dalyviams ir vykdyta sveikatos stiprinimo akcija „Sveikata – didžiausias turtas”. <ul style="list-style-type: none"> ▪ 2019 m. spalio 11 d. dalyvavome Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ organizuotoje žvakučių akcijoje organų donorams pagerbti.

Vadovaudamasis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. gegužės 13 d. įsakymu Nr. V-615 patvirtintu širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašu, Biuras įgyvendina širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programą. Biuras, bendradarbiaudamas su Prienų rajono pirminiais sveikatos priežiūros centrais, šią programą įgyvendina nuo 2016 m. Šioje programoje gali dalyvauti asmenys, priskiriami širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto rizikos grupėms, tačiau šiomis ligomis nesergantys (40-55 m. amžiaus vyrai ir 50-65 m. amžiaus moterys), turintys vieną ar kelis rizikos veiksnius: padidėjusį arterinį kraujo spaudimą, padidėjusią cholesterolio ar gliukozės koncentraciją kraujyje, antsvorį ar nutukimą, turintys žalingų įpročių.

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 2018 m. rugsėjo 7 d. įsakymu Nr. V-989 „Dėl priklausomybės konsultavimo paslaugų rizikingai ir žalingai alkoholi vartojantiems asmenims teikimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos visuomenės sveikatos priežiūros plėtros savivaldybėse komisijos 2019 m. sausio 14 d. protokolo Nr. LP – 9 nutarimu Nr. 1 patvirtintais Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2019 m. veiklos prioritetais nuo 2019 m. balandžio mėn. Prienų rajono savivaldybės visuomenė sveikatos biure pradėta teikti, rizikingai ir žalingai alkoholi vartojantiems asmenims, priklausomybės konsultavimo paslauga. Ši paslauga teikiama tik Prienų rajono gyventojams.

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministro 2019 m. gegužės 17 d. įsakymu Nr. V-590 patvirtintu Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tvarkos aprašu ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos visuomenės sveikatos priežiūros plėtros savivaldybėse komisijos 2019 m. sausio 14 d. protokolo Nr. LP – 9 nutarimu Nr. 1 patvirtintais Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2019 m. veiklos prioritetais, 2019 m. lapkričio – gruodžio mėn. Prienų globos namuose buvo organizuoti 40 valandų trukmės Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams mokymai.

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministro 2019 m. balandžio 30 d. įsakymu Nr. V-523 patvirtintu Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo veiklos tvarkos aprašu ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos visuomenės sveikatos priežiūros plėtros savivaldybėse komisijos 2019 m. sausio 14 d. protokolo Nr. LP – 9 nutarimu Nr. 1 patvirtintais Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2019 m. veiklos prioritetais, 2019 m. rugsėjo – gruodžio mėn. Prienų „Žiburio“ gimnazijoje ir Prienų „Revuonos“ pagrindinėje mokykloje buvo organizuoti 32 val. trukmės Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo mokymai.

Biuro veikla buvo viešinama pasitelkus vietinės žiniasklaidos priemones, Biuro internetiniame tinklalapyje <http://www.vsbprienai.lt>, biuro paskyroje socialiniame tinkle

„Facebook“ www.facebook.lt, Prienų rajono savivaldybės tinklapyje www.prienai.lt, Sveikatos apsaugos ministerijos tinklapyje www.sam.lt, Lietuvos visuomenės sveikatos biurų asociacijos tinklapyje <http://www.svsba.lt>, Prienų rajono ugdymo įstaigų internetiniuose tinklapiuose, Prienų kabelinės televizijos „Eteris TV“ laidose ir kt.

2019 m. publikuota 595 (2018 m. – 639) straipsniai / informaciniai pranešimai apie sveikatos išsaugojimą bei stiprinimą, visuomenės sveikatinimo renginius, kurie skelbti Biuro internetinėje svetainėje www.vsbprienai.lt, Biuro paskyroje socialiniame tinkle „Facebook“, Prienų ir Birštono krašto laikraštyje „Gyvenimas“ ir priede „Gyvenimas - Šeimai apie sveikatą“. Kai kurie iš jų publikuoti Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos, Lietuvos visuomenės sveikatos biurų asociacijos tinklalapiuose. Visuomenės sveikatos specialistės, vykdančios sveikatos priežiūrą Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose publikavo 856 (2018 m. – 353) straipsnius/informacinius pranešimus visuomenės sveikatos ir vaikų sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo klausimais Biuro internetinėje svetainėje www.vsbprienai.lt, Biuro paskyroje socialiniame tinkle „Facebook“, Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigų internetinėse svetainėse ir socialiniame tinkle „Facebook“ ugdymo įstaigų paskyrose.

Bendradarbiaujant su kitomis įstaigomis, 2019 m. Biuro internetinėje svetainėje publikuoti kitų įstaigų parengti straipsniai arba informaciniai pranešimai apie sveikatos išsaugojimą bei stiprinimą, visuomenės sveikatinimo renginius.

2019 m. Biuras parengė ir išleido 6 vnt. pavadinimų informacinės padalomosios medžiagos:

1. Informacinė medžiaga „Pasveik be antibiotikų“ suaugusiems.
2. Informacinė medžiaga „Pasveik be antibiotikų“ vaikams.
3. Skrajutė „Suaugusiojo žmogaus pradinis gaivinimas“.
4. Lankstinukas „Vaikščiojimas su lazdomis (šiaurietiškasis ėjimas)“.
5. Informacinė skrajutė tėvams „Sveiki ir nesveiki produktai“.
6. Skrajutė „Įveikime priklausomybę kartu!“.

Esant galimybėms, vykdyta kitų leidėjų parengtos informacinės padalomosios medžiagos sklaida.

2019 m. bendradarbiaujant su“ Prienų ir Birštono krašto laikraščiu „Gyvenimas“ kiekvieną mėnesį Biuras parengia priedą „Gyvenimas - Šeimai apie sveikatą“. Laikraščio „Gyvenimas“ priede „Gyvenimas - Šeimai apie sveikatą“ publikuojami straipsniai, informacija apie biuro veiklas, renginius, akcijas, PSO rekomendacijos įvairiomis sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo temomis.

VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENA

Uždavinys – vykdyti Prienų rajono visuomenės sveikatos stebėseną, analizuoti ir vertinti gyventojų sveikatą bei jos pokyčius, gyvenamosios įpročius ir jų poveikį sveikatai, aplinkai, planuoti ir įgyvendinti visuomenės sveikatos stiprinimo priemones.

Įgyvendinant Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. rugpjūčio 11 d. įsakymu Nr. V-488 „Dėl bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“ patvirtintų Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų 7 ir 8 punktus 2019 m. buvo renkami 2018 metų (pagal duomenų šaltinių teikiamą informaciją) Prienų savivaldybės visuomenės sveikatos būklę atspindintys rodikliai: gyventojų mirtingumas, gimstamumas, sergamumas neinfekcinėmis ir infekcinėmis ligomis, traumų skaičius ir pan. Dauguma sveikatos rodiklių buvo gauti iš centralizuotai teikiamų duomenų šaltinių: Higienos instituto Sveikatos informacinio centro leidinių ir kompiuterinių duomenų bazių Lietuvos statistikos departamento. Surinktas ir išanalizuotas 51 visuomenės sveikatos rodiklis. Parengta visuomenės

sveikatos rodiklių stebėsenos ataskaita ir pateikta Prienų rajono savivaldybės administracijai 2019 m. gruodžio 31 d. SR – 192.

Pagal poreikį buvo vykdomas Visuomenės sveikatos stebėsenos rodiklių duomenų teikimas valstybės ir savivaldybių institucijoms, duomenų teikėjams, visuomenės informavimo priemonėms, bei kitiems suinteresuotiems asmenims.

2019 m. rugsėjo – gruodžio mėnesiais Lietuvoje (visose savivaldybėse) buvo vykdomas suaugusių, 19-75 m. amžiaus, gyventojų faktinės mitybos, mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių tyrimas, kurio metu buvo apklausti atsitiktinės atrankos būdu atrinkti ir išsamiai apklausti 27 Prienų rajono savivaldybės gyventojai. Šio tyrimo tikslas buvo ištirti ir įvertinti suaugusių ir pagyvenusių Lietuvos gyventojų mitybos įpročius ir faktinę mitybą; išmatavus asmens ūgį ir kūno masę, apskaičiuoti kūno masės indeksą (KMI) bei įvertinti gyventojų fizinio aktyvumo būklę. Atlikto tyrimo duomenys leis įvertinti gyventojų mitybos ir fizinio aktyvumo būklę bei pokyčius ir rengti sveikos mitybos bei fizinio aktyvumo skatinimo rekomendacijas, organizuoti mokymus specialistams ir visuomenei apie tinkamą mitybą ir fizinio aktyvumo skatinimą, problemas bei galimus jų sprendimo būdus. Tyrimas buvo atliekamas įgyvendinant 2019 m. sausio 3 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Visuomenės sveikatos priežiūros plėtros savivaldybėse komisijos 2019 m. sausio 14 d. protokolo Nr. LP-9 nutarimu Nr. 1 patvirtintus Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2019 m. veiklos prioritetus.

Bendradarbiaujant su Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) Visuomenės sveikatos fakulteto Sveikatos tyrimų institutu 2019 m. gegužės – birželio mėn. Prienų rajono savivaldybės bendrojo ugdymo mokyklose buvo vykdytas tarptautinis mokinių gyvensenos ir sveikatos tyrimas (HBSC). Šis tyrimas atliktas vadovaujantis tarptautinio HBSC (angl. *Health Behaviour in School-aged Children*; santr. HBSC) tyrimo protokolu. HBSC tyrimas – tai vienas iš pagrindinių paauglių gyvensenos ir sveikatos stebėsenos tyrimų Europoje, atliekamas pagal griežtą, vieningą tarptautinį tyrimo protokolą. PSO iniciatyva tyrimas vykdomas kas ketverius metus ir apima 50 Europos, Šiaurės Amerikos ir Azijos šalių. HBSC tyrimas stebi rodiklių, vertinančių moksleivių gyvenseną ir sveikatą, ypatumus geografiniu ir laiko požiūriu.

Prienų rajono savivaldybėje 2019 m. atsitiktiniu būdu buvo atrinktos 7 mokyklos, kuriose buvo apklausti 295 moksleiviai, iš kurių 23,1 proc. buvo penktokai, 29,2 proc. septintokai ir 47,8 proc. devintokai. Moksleivių atsako dažnis siekė 61,3 proc. Berniukai šioje imtyje sudarė 49,5 proc., mergaitės – 50,5 proc., moksleivių amžiaus vidurkis buvo 13,5±1,73 m.

Išanalizavus ir įvertinus Prienų rajono savivaldybės moksleivių gyvensenos ypatumus būtų galima išskirti tris problemas, rodančias netinkamų įpročių formavimąsi (10 lentelė):

- 1) nepakankamas kasdienis fizinis aktyvumas;
- 2) netinkami mitybos įpročiai;
- 3) nepakankama burnos higiena.

Lyginant bendrai su Lietuva, Prienų rajono moksleiviai pasižymi prastesniais rodikliais vertinant pusryčiavimo ir burnos higienos įpročius, dažniau rūko elektronines cigaretes. Be to, berniukai neigiamai išsiskiria alkoholio vartojimo požiūriu, o mergaitės – nepakankamu intensyviu fiziniu aktyvumu.

Žvelgiant iš teigiamos pusės galima pabrėžti, kad Prienų rajono vaikai ir paaugliai rečiau susižeidžia ir patenka į nelaimingus atsitikimus, atsibudę dažniau jaučiasi žvalūs ir pailsėję. Svarbu pabrėžti, kad šio rajono moksleiviai rečiau jaučia nervinę įtampą, susirūpinimą, rečiau patiria patyčias ir tyčiojasi iš kitų mokykloje, jiems mažiau būdinga savižudiška elgsena. Vertinant socialinę aplinką pastebėta, kad moksleiviai rečiau patiria sunkumus kalbėdamiesi su mama

(pamote) ir jaučia mažesnę bendraklasių paramos stoką. Nors Prienų rajono moksleiviai rečiau yra mėginę rūkyti kanapių savo gyvenime, tačiau lyginant su Lietuvos moksleiviais jie dažniau rūko elektronines cigaretes.

Vertinant Prienų rajono savivaldybės jaunuolius pagal lytį reikėtų atkreipti dėmesį, kad berniukai ir vaikinai pasižymi šiek tiek prastesniais rodikliais lyginant su Lietuvos imtimi, o mergaitės ir merginos nuo Lietuvos bendraamžių skiriasi nedaug.




10 lentelė. Prienų rajono savivaldybės moksleivių gyvenimos ir sveikatos problematika, proc.

Veiksny	Sveikatos arba gyvenimos rodiklis	Berniukai	Mergaitės	Iš viso*
Mityba	Ne kasdien valgo namuose su šeima	60,0	55,4	56,4
	Ne kiekvieną darbo dieną pusryčiauja	56,1	54,2	54,5
	Ne kiekvieną savaitgalio dieną pusryčiauja	32,6	22,1	26,4
	Ne kasdien valgo vaisius	73,1	65,5	68,8
	Ne kasdien valgo daržoves	64,3	58,9	61,9
	Kasdien valgo saldinius, šokoladą	11,3	15,6	13,1
	Kasdien geria gazuotus saldžius gėrimus	15,3	12,8	14,8
Fizinis aktyvumas	Nepakankamas kasdienis fizinis aktyvumas	78,6	89,2	83,7
	Nepakankamas intensyvus fizinis aktyvumas	23,6	52,4	37,8
Miegas	Patiria sunkumus užmigti	9,2	23,3	15,8
	Atsibudę nesijaučia žvalūs ir pailsėję	41,7	57,1	47,1
Fizinė sveikata	Sveikatą vertina patenkinamai arba blogai	13,8	12,2	12,5
	Buvo susižeidę ar patyrę nelaimingų atsitikimų	55,6	49,7	52,0
	Rečiau nei du kartus per dieną valosi dantis	71,6	36,3	54,4
	Patiria psichosomatinius simptomus	20,0	38,8	27,4
	Patiria galvos svaigimą, silpnumą	7,0	15,6	10,6
	Patiria galvos skausmus	8,4	18,2	12,4
	Patiria nugaros skausmą	9,9	8,3	8,7
	Patiria skrandžio arba pilvo skausmus	6,9	13,0	10,0
Psichikos sveikata ir gerovė	Jautėsi liūdni, prislėgti	11,2	28,1	18,4
	Buvo irzlūs, blogos nuotaikos	14,1	33,8	22,6
	Jautė nervinę įtampą, susirūpinimą	15,5	27,8	19,8
	Nesijautė patenkinti gyvenimu	9,9	15,1	11,9
	Nesijautė linksmi ir geros nuotaikos	17,6	21,6	18,5
	Nebuvo ramūs ir atsipalaidavę	20,7	45,9	32,2
	Nesijautė aktyvūs ir energingi	24,3	37,4	29,3
	Kasdiniame gyvenime trūko dominančių dalykų	29,0	35,8	31,1
	Bendras savijautos lygis buvo žemesnis nei vidutinis	20,7	38,5	28,1
	Nenorėjo nieko veikti *	27,9	57,8	42,9
	Galvojo apie savižudybę *	18,0	32,8	25,4
Alkoholio vartojimas	Yra gėrę alkoholio savo gyvenime	46,5	51,0	45,6
	Yra gėrę alkoholio per pastarąsias 30 d.	23,9	15,6	18,5
	Buvo apsvaigę nuo alkoholio savo gyvenime	20,3	10,9	13,7
	Buvo apsvaigę nuo alkoholio per pastarąsias 30 d.	4,9	2,2	3,3
Rūkyimas	Mėgino rūkyti savo gyvenime	37,9	32,4	32,3
	Rūkė per pastarąsias 30 d.	18,1	17,1	16,4
	Rūko šiuo metu	17,4	12,2	13,8
	Mėgino rūkyti kanapių savo gyvenime *	19,7	4,2	11,8
	Rūkė kanapes per pastarąsias 30 d. *	10,8	3,1	6,9
	Mėgino rūkyti elektroninių cigarečių savo gyvenime	46,9	37,2	39,5
	Rūkė elektronines cigaretes per pastarąsias 30 d.	31,2	20,7	24,0
Lytiniai santykiai	Turėjo lytinių santykių *	15,9	5,6	10,6
Agresyvi elgsena	Tyčiojosi iš kitų mokykloje	22,5	8,8	14,4
	Patyrė patyčias mokykloje	18,9	22,3	20,8
	Tyčiojosi iš kitų internete	9,7	2,0	5,8

Veiksny	Sveikatos arba gyvenenos rodiklis	Berniukai	Mergaitės	Iš viso*
	Patyrė patyčias internete	6,3	1,4	4,1
	Dalyvavo peštynėse	7,7	4,7	6,0
Savižudiška elgsena	Planavo savižudybę *	6,6	10,8	8,7
	Mėgino žudyti *	1,7	3,1	2,4
Šeimos ir draugų aplinka	Patiria sunkumų kalbėdamiesi su tėčiu (patėviu)	28,9	35,9	31,5
	Patiria sunkumų kalbėdamiesi su mama (pamote)	19,1	8,5	13,4
	Jaučia mažą arba vidutinę šeimos paramą	22,0	23,3	21,9
	Jaučia nepakankamą paramą iš draugų	29,6	32,9	30,0
Mokyklos aplinka	Bendraklasių paramos stoka	32,8	26,4	32,6
	Mokytojų paramos stoka	31,1	28,9	30,2

* Klausimai buvo pateikti tik 9 klasių moksleiviams

Lentelės langelių spalva vaizduoja Prienų r. savivaldybės moksleivių sveikatos arba gyvenenos būklę lyginant su šalies vidurkiu

	Reikšmingai geresnė
	Reikšmingai nesiskiria nuo šalies vidurkio
	Reikšmingai blogesnė

Informaciniai pranešimai ir straipsniai apie Prienų rajono savivaldybės gyventojų sveikatą buvo teikiami mokykloms, žiniasklaidai, visuomenei Biuro tinklalapyje ir kituose informaciniuose šaltiniuose. 2019 m. buvo pateikta 13 informacinių pranešimų šiomis temomis: sergamumas ir mirtingumas širdies kraujagyslių ligomis, suaugusiųjų gyvenenos tyrimo duomenų apžvalga, prevencinių programų įgyvendinimas Prienų rajono savivaldybėje, Prienų rajono visuomenės sveikatos rodikliai ir kt. Gripo sezono metu kiekvieną savaitę viešinama informacija sergamumo gripu ir ūminėmis viršutinių kvėpavimo takų ligomis.

Visi atlikti tyrimai ir analizės, kurių duomenys panaudoti veiklų vertinimui ir planavimui, sprendimams priimti, visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita ir kitos visuomenės sveikatos rodiklių ataskaitos, bei kita su jais susijusi aktuali informacija pateikta interneto svetainėje www.vsbprienai.lt.

PROJEKTINĖ VEIKLA

Biuras, 2019 m. balandžio 18 d., su Prienų rajono savivaldybės administracija pasirašė projekto „Prienų rajono gyventojų sveikatos stiprinimas“ jungtinės veiklos (partnerystės) sutartį Nr. D1 – 270/Nr. BS – 5. Šios sutarties pagrindu Biuras 2019 m. įgyvendino Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamą projektą „Prienų rajono gyventojų sveikatos stiprinimas“ pagal 2014–2020 metų Europos sąjungos fondų investicijų veiksmų programos 8 prioriteto „Socialinės įtraukties didinimas ir kova su skurdu“ įgyvendinimo priemonę 08.4.2-ESFA-R-630 „Sveikos gyvenenos skatinimas regioniniu lygiu“. Projekto trukmė 2018 m. – 2020 m. Projekto vertė - 139.136,14 Eur.

Projekto tikslas - padidinti Prienų rajono vaikų ir vyresnio amžiaus (55 metų ir vyresnių) gyventojų sveikatos raštingumo lygį bei suformuoti pozityvius jų sveikatos elgsenos pokyčius, kuriant saugią ir sveikatai palankią aplinką Prienų rajone. Projekto tikslinės grupės – Prienų r. 10–11 klasių ar 2–3 gimnazinių klasių mokiniai ir vyresnio amžiaus gyventojai (55 m. ir vyresni). Projekto metu organizuojamos kompleksinės veiklos ir renginiai mokiniams ir vyresnio amžiaus žmonėms. Projekte numatytos sveikatos stiprinimo veiklos 2019 m. buvo vykdomos pagal patvirtintą veiklų grafiką, kuris pateiktas ataskaitos 2 Priede.

Siekiant pagerinti mokinių skubios pagalbos teikimo žinias ir ugdyti praktinius įgūdžius 2019 m. buvo apmokyti 45 mokiniai Veiverių Tomo Žilinsko ir Stakliškių gimnazijose. Prienų, Šilavoto,

Naujosios Ūtos, Veiverių, Jiezno seniūnijų vyresnio amžiaus gyventojams 2019 m., kartu su sporto treneriu, buvo organizuotos mankštos sporto salėje (po 19 užsiėmimų vienai seniūnijai). Balbieriškio, Naujosios Ūtos, Jiezno, Stakliškių seniūnijų gyventojams buvo organizuotos paskaitos mitybos tematika (po 8 paskaitas vienai seniūnijai). Pakuonio, Išlaužo, Prienų seniūnijos gyventojams buvo organizuotos paskaitos sveikatos psichologijos tematika (po 8 paskaitas vienai seniūnijai). Naujosios Ūtos, Balbieriškio, Šilavoto, Veiverių, Stakliškių, Jiezno gyventojams buvo organizuotos paskaitos fizinio aktyvumo tematika (po 3-4 paskaitas vienai seniūnijai). Jiezno, Stakliškių, Balbieriškio ir Naujosios Ūtos seniūnijų gyventojai buvo vežami į AB Birštono sanatorijos „Versmė“ baseiną (po 10 užsiėmimų vienai seniūnijai).

Projekto, suplanuotas pasiekti, fizinis rodiklis yra 800 dalyvių: 300 mokinių ir 500 55 m. ir vyresnio amžiaus gyventojų. Per 2018 – 2019 m. pasiektas suplanuotas fizinis rodiklis - 655 asmenys. Išsami informacija apie suplanuotas ir pasiektas fizinio rodiklio reikšmes pateikta 11 lentelėje.

11 lentelė. Projekto „Prienų rajono gyventojų sveikatos stiprinimas“ fizinio rodiklio reikšmės

Fizinio rodiklio Nr.	Veiklos pavadinimas	Suplanuotas Fizinio rodiklio vnt. skaičius	Pasiektas Fizinio rodiklio vnt. skaičius	Likęs Fizinio rodiklio vnt. skaičius
1.1.1.	Pirmosios pagalbos mokymai	300	256	44
2.1.1.	Fizinio aktyvumo užsiėmimai (mankštos sporto salėje)	150	116	34
2.1.2	Fizinio aktyvumo paskaitos	200	141	59
2.1.3	Fizinio aktyvumo užsiėmimai (mankštos baseine)	200	79	121
2.1.4	Sveikatos psichologijos paskaitos	200	87	113
2.1.5	Mitybos paskaitos	200	92	108
	Viso:	800	655	145

BIURO VADOVO KOMPETENCIJOS

Uždavinys - koordinuoti ir stiprinti visuomenės sveikatos priežiūrą, gerinant visuomenės sveikatos paslaugų kokybę, tobulinant įstaigos veiklos organizavimą ir kontrolę.

Biuro vadovo funkcijos buvo vykdomos atsizvelgiant į Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos nustatytus 2019 m. veiklos prioritetus. 2019 m. buvo kryptingai organizuojama Biuro veikla, kontroliuojamos specialistams pavestos užduotys, įgyvendinant metinį biuro veiklos planą.

Siekiant kokybiškesnio įstaigos uždavinių įgyvendinimo, vyko Biuro darbuotojų susirinkimai, kuriuose buvo aptariamas Biuro administracijos ir visuomenės sveikatos specialistų veiklos organizavimo ir koordinavimo gerinimas. Vieną kartą per mėnesį buvo organizuojami susirinkimai su visuomenės sveikatos specialistais, vykdančiais sveikatos priežiūrą ugdymo įstaigose. Šių susirinkimų tikslas – suteikti ir aptarti aktualią informaciją apie sveikatos priežiūros vykdymą ugdymo įstaigose. Susirinkimų metu buvo pristatinėjami nauji teisės aktai, susiję su mokyklose vykdoma sveikatos priežiūros veikla, buvo analizuojami veiklos planai ir jų vykdymas,

taip pat buvo atsižvelgiama į darbuotojų poreikius, interesus, pasiūlymus, pristatomos naujos metodinės priemonės, informacija apie organizuojamus kvalifikacijos kėlimo seminarus.

Buvo koordinuojamos ir teisės aktų nustatyta tvarka organizuojamos mokamos paslaugos (privalomieji mokymai) - alkoholio ir narkotikų žalos žmogaus organizmui, higienos įgūdžių, pirmosios pagalbos. 2019 m. buvo atnaujinti privalomųjų mokymų planai.

2019 m. buvo aktyviai rūpinamasi darbuotojų kvalifikacijos kėlimu. Mokymuose dalyvavo visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stiprinimą, visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stebėseną, visuomenės sveikatos specialistė (vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros paslaugų koordinatorė), visi visuomenės sveikatos specialistai, vykdantys sveikatos priežiūrą ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose, Biuro vadovas ir Biuro buhalteris.

Atstovauta Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro interesams įvairiose įstaigose ir organizacijose sprendžiant klausimus, susijusius su sveikatos priežiūros organizavimo ugdymo įstaigose, Biuro finansavimo, Prienų rajono gyventojų sveikatinimo renginių organizavimo klausimais.

Atsižvelgiant į tai, kad visuomenės sveikatos priežiūros paslaugos iš dalies yra įvairių įstaigų ir organizacijų veiklos dalis, siekiama plėtoti bendradarbiavimą sveikos gyvensenos mokymo ir ugdymo veikloje. 2019 m. Biuras pasirašė 9 bendradarbiavimo sutartis, kurios yra pagrindas įgyvendinant projektus ir organizuojant akcijas, paskaitas, renginius ir kitas veiklas. Bendradarbiavimas vyko įgyvendinant įvairius projektus, keičiantis patirtimi ir gebėjimais. Siekiant užtikrinti aukštą visuomenės sveikatos teikiamų paslaugų kokybę ugdymo įstaigose, buvo vykdomas aktyvus bendravimas ir bendradarbiavimas su Prienų rajono ugdymo įstaigų vadovais.

Biuro vadovas nuosekliai dalyvavo renginių organizavime, veiklos planavime bei įgyvendinimo procesuose siekiant įgyvendinti biuro veiklos tikslus. Nuolatos buvo ieškoma geriausių formų ir būdų administravimo funkcijoms tobulinti bei pažangesnių darbuotojų motyvacijos metodų.

Atsiskaitymas už veiklos vykdymą.

Detalios ataskaitos apie suteiktas visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugas:

1. Du kartus metuose Sveikatos apsaugos ministerijai teikiama valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2019 m. pusmečio ir metinė veiklos ataskaita.
2. Du kartus metuose Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centrui teikiama pusmečio ir metinė Sveikatos ugdymo ir mokymo 2019 m. ataskaitos forma Nr. 41-1-SVEIKATA.
3. Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2018 m. ataskaita.

PROBLEMOS, SUSIJUSIOS SU ĮSTAIGOS VEIKLA IR SIŪLOMI SPRENDIMO BŪDAI

Tinkamų darbo sąlygų užtikrinimas specialistams dirbantiems Prienų rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigose.

Iš dvylikos Prienų rajono ugdymo įstaigų tik trijose yra įrengti sveikatos kabinetai, kurie atitinka Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro rekomendacijas (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2016-07-21 įsakymas Nr. V-966/V-672 „Dėl visuomenės sveikatos priežiūros organizavimo mokykloje tvarkos aprašo patvirtinimo“). Kitose ugdymo įstaigose specialistai dirba kartu su kitu darbuotoju (soc. pedagogu, ūkvedžiu ar kt.) arba turi tik darbo stalą mokytojų kambaryje, bibliotekoje arba kitose patalpose, kur nėra tinkamai įrengtų patalpų sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti.

Siūlomi sprendimai - numatyti atskiras patalpas visuomenės sveikatos specialistams, vykdančioms sveikatos priežiūrą mokyklose, vykdančioms ugdymo patalpų rekonstrukcijas, kurį po remonto privalomomis darbo priemonėmis aprūpintų Biuras iš valstybės biudžeto skirtos dotacijos mokinių sveikatos priežiūrai.

LAUKIAMI REZULTATAI

Prienų rajono ugdymo įstaigose nuolat bus vykdoma koordinuota sveikatą stiprinanti veikla, į kurią bus įtraukiami ne tik vaikai ir mokiniai, tėvai bet ir Prienų rajono ugdymo įstaigų darbuotojai. Bus organizuojami užsiėmimai įvairiomis sveikatą stiprinančiomis temomis (mitybos, fizinio aktyvumo, psichoaktyvių medžiagų vartojimo), didės ugdymo įstaigų bendruomenių susidomėjimas sveikatos išsaugojimo galimybėmis. Gerės mokyklų bendruomenių burnos higienos įgūdžiai, didės supratingumas apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms, stiprės mokyklų bendruomenių gebėjimai psichikos sveikatos srityje.

Didės „Sveikatą stiprinančių mokyklų“ ar priemonės „Aktyvi mokykla“ tinklo plėtra Prienų rajone.

Bus organizuojami sveikatos stiprinimo renginiai Prienų rajono gyventojams, didės gyventojų sveikatos raštingumas sveikos gyvensenos klausimais, gyventojai daugiau sužinos apie lėtinių neinfekcinių ir užkrečiamų ligų profilaktiką. Didės visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumas gyventojams organizuojant akcijas, mokymus, praktinius užsiėmimus ir kitus renginius bendruomenėse. Formuojant gyventojų sveikos mitybos įgūdžius ir skatinant fizinį aktyvumą, didės daržovių suvartojimas ir daugiau gyventojų bus fiziškai aktyvūs ir rinksis aktyvias laisvalaikio leidimo formas. Didinant gyventojų supratingumą apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms, sumažės antibiotikų vartojimas.

Sistemiškai renkant ir analizuojant visuomenės sveikatos stebėsenos duomenis apie gyventojų sveikatos būklę, demografinę situaciją, gyvensenos įpročius, aplinkos veiksnius, bus įvertinta Prienų rajono gyventojų sveikata ir jos rodiklių pokyčiai bei gyventojų sveikatą įtakančių veiksnių paplitimas. Remiantis stebėsenos duomenimis bus planuojamos ateinančių metų sveikatos stiprinimo kryptys. Pagerėjęs sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas ir geresnė visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų kokybė turės įtakos gyventojų sveikatos rodiklių gerėjimui.

Aktyviau Prienų rajono pirminiai sveikatos priežiūros centrai dalyvaus įgyvendinant širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programą, tokiu būdu užtikrindami didesnę Prienų rajono gyventojų dalyvavimą šioje prevencinėje programoje. Vis daugiau rizikos grupės asmenų, dalyvaudami šioje programoje, efektyviai stiprins sveikatą, susipažins su Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto rizikos veiksniais, sveikos gyvensenos principais bei išmoks keisti gyvenimą, valdyti stresą, pasirinkti sveikatai palankią mitybą bei fizinį aktyvumą.

Didesnė Prienų rajono mokinių motyvacija dalyvauti Ankstyvosios intervencijos programoje. Dalyvaudami šioje programoje, vis daugiau mokinių atsisakys rizikingos elgsenos ir žalingų įpročių. Šios programos dėka kiek galima anksčiau bus pasiekiami alkoholiu ir / ar narkotikais eksperimentuojantys ir / ar nereguliariai vartojantys vaikai, suteikiamos jiems ankstyvosios intervencijos paslaugos bei savalaikė pagalba, ir taip bus užkertamas kelias vaikams tapti priklausomais nuo minėtų medžiagų vartojimo.

Bus užtikrintas, poreikį atitinkantis, priklausomybės konsultavimo paslaugų teikimas, ko pasekoje, sumažės asmenų žalingai vartojančių alkoholi, ar jie sumažins alkoholio vartojimą, ar

visai atsisakys alkoholio. Priklausomybės konsultantas informuos alkoholį vartojančius asmenis apie alkoholio vartojimo riziką, keliamą žalą asmeniui ir visuomenės sveikatai ir gerovei; motyvuos alkoholį vartojančius asmenis sumažinti alkoholio vartojimą ir visai atsisakyti alkoholio, keisti alkoholio vartojimo sukeltą rizikingą elgseną, kreiptis pagalbos, ją priimti, gydytis alkoholio vartojimo sukeltus psichikos ir elgesio sutrikimus bei kitas ligas; skatins ir palaikys alkoholio vartojimą nutraukusių arba sumažinusių asmenų motyvaciją gauti atkryčių prevencijos paslaugas.

Artimiausios veiklos perspektyvos priklauso nuo valstybės ir vietos politikos visuomenės sveikatos priežiūros srityje, gyventojų sveikatos rodiklių ir turimų finansinių bei žmogiškųjų išteklių. Prioritetinės Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro veiklos kryptys bus numatomos atsižvelgiant į patvirtintą Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo 2020 m. veiklos prioritetų vertinimo kriterijų reikšmių planą ir Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2018 m. ataskaitos rodiklius.
