



## **KAUNO RAJONO SAVIVALDYBĖS TARYBA**

### **4 POSĖDIS**

#### **SPRENDIMAS**

#### **DĖL KAUNO RAJONO SAVIVALDYBĖS BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2019 M. VEIKLOS ATASKAITOS PATVIRTINIMO**

2020 m. balandžio 30 d. Nr. TS-162

Kaunas

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 16 straipsnio 2 dalies 19 punktu, Kauno rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento, patvirtinto Kauno rajono savivaldybės tarybos 2019 m. kovo 28 d. sprendimu Nr. TS-136 „Dėl Kauno rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento patvirtinimo“, 203 punktu ir atsižvelgdama į Kauno rajono savivaldybės biudžetinės įstaigos visuomenės sveikatos biuro 2020 m. balandžio 8 d. raštą Nr. VSB-20 „Dėl Kauno rajono SBĮ Visuomenės sveikatos biuro veiklos ataskaitos tvirtinimo Taryboje“, Kauno rajono savivaldybės taryba **n u s p r e n d ž i a** :

Patvirtinti Kauno rajono savivaldybės biudžetinės įstaigos Visuomenės sveikatos biuro 2019 m. veiklos ataskaitą (pridedama).

Šis sprendimas gali būti skundžiamas savo pasirinkimu Lietuvos Respublikos administracinių ginčų komisijos Kauno apygardos skyriui (Laisvės al. 36, 44240 Kaunas) Lietuvos Respublikos ikiteisminio administracinių ginčų nagrinėjimo tvarkos įstatymo nustatyta tvarka arba Regionų apygardos administracinio teismo Kauno rūmams (A. Mickevičiaus g. 8A, 44312 Kaunas) Lietuvos Respublikos administracinių bylų teisenos įstatymo nustatyta tvarka per vieną mėnesį nuo jo paskelbimo arba įteikimo suinteresuotam asmeniui dienos.

Savivaldybės meras

Valerijus Makūnas

## KAUNO RAJONO SAVIVALDYBĖS BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2019 M. VEIKLOS ATASKAITA

Kauno rajono savivaldybės biudžetinė įstaiga visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras) įsteigtas 2009 m. gegužės 28 d. Kauno rajono savivaldybės tarybos 2009 m. gegužės 28 d. sprendimu Nr. TS-215 „Dėl Kauno rajono savivaldybės biudžetinės įstaigos visuomenės sveikatos biuro įsteigimo, nuostatų ir struktūros patvirtinimo“. Ši įstaiga yra Lietuvos nacionalinės sveikatos sistemos savivaldybės biudžetinė visuomenės sveikatos priežiūros įstaiga. Biuras yra viešasis juridinis asmuo, turintis ūkinį, finansinį, organizacinį ir teisinį savarankiškumą, savo antspaudą, sąskaitą banke, savo veiklą grindžiantis Lietuvos Respublikos Konstitucija, Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymu, Lietuvos Respublikos biudžetinių įstaigų įstatymu, Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymu, Lietuvos Respublikos sveikatos priežiūros įstaigų įstatymu, Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymu, kitais teisės aktais bei nuostatais.

Įstaigos buveinės adresas – Instituto g. 1A, Raudondvario k., Kauno r. sav.

### 1. BIURO PAGRINDINIAI TIKSLAI IR VEIKLOS KRYPTYS

Pagrindinis Biuro veiklos **tikslas** – rūpintis Kauno rajono savivaldybės (toliau – 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 **veikla**:

1. Visuomenės sveikatos stiprinimas bei mokymas.
2. Vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūra.
3. Visuomenės sveikatos stebėseną.
4. Privalomieji sveikatos mokymai.

### 2. KAUNO RAJONO SBJ VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2019 METAIS GAUTOS LĖŠOS IR JŲ ŠALTINIAI BEI SĄNAUDOS

Pagrindinis Biuro finansavimo šaltinis 2019 metais buvo Valstybės biudžeto specialiosios tikslinės dotacijos, skiriamos savivaldybių biudžetams Sveikatos apsaugos

ministerijos kuruojamoms valstybinėms (valstybės perduotoms savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti. 2019 metais Biuras gavo:

593 300,00 Eur mokinių visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti;

268 000,00 Eur visuomenės sveikatos stiprinimo ir stebėsenos funkcijoms vykdyti;

97 700,00 Eur psichikos sveikatos stiprinimo priemonėms vykdyti.

Didžiausią Biuro biudžeto dalį sudarė išlaidos darbo užmokesčiui ir socialiniam draudimui (73,07 proc.). Likusi biudžeto dalis (26,93 proc.) – skirta kitoms patiriamoms išlaidoms padengti.

2019 m. iš privalomųjų sveikatos mokymų Biuras uždirbo 1385 Eur.

### 3. BIURO DARBUOTOJŲ SKAIČIUS IR JŲ IŠSILAVINIMAS

2019 metais Biure dirbo direktorius (1 et.), buhalteris (1 et.), direktoriaus pavaduotojas (1 et.), 7 visuomenės sveikatos stiprinimo specialistai (5,25 et.), 1 vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistas (1,0 et.), 1 visuomenės sveikatos stebėsenos specialistas (1 et.),

35 visuomenės sveikatos priežiūros specialistai ugdymo įstaigoje (25,5 et.).

Visuomenės sveikatos bakalauro kvalifikacinį laipsnį turi 10 darbuotojų, visuomenės sveikatos magistro – 12, slaugos specialybės – 14, kita – 8 darbuotojai.

### 4. BIURO 2019 METŲ VEIKLOS APŽVALGA

#### Mokinių visuomenės sveikatos priežiūra

2019 m. veiklos ugdymo įstaigose buvo organizuojamos pagal iš anksto numatytas mėnesio temas bei pritaikomos pagal amžiaus grupes (didesnis vienos ar kitos temos poreikis taip pat yra nustatomas individualiai kiekvienoje ugdymo įstaigoje visuomenės sveikatos specialisto, bendradarbiaujant kartu su ugdymo įstaigos administracija):

**Sausio mėn.** – Užkrečiamųjų ligų prevencijos mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas – suteikti žinių apie patogenus aplinkoje ir higienos svarbą. Išsikeliami pagrindiniai uždaviniai: susieti ligas su mikrobais arba aplinkos įtaka, taikyti kosėjimo, čiaudėjimo etiketą, atskirti situacijas, kada būtina nedelsiant nusiplauti rankas. Taikomi metodai: pasakojimas, pokalbis, demonstravimas, aiškinimas, minčių lietus, vaizdo medžiaga.

**2. 1–4 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – užkrečiamųjų ligų ir mikrobu įvairovės, priežasčių ir apsaugojimo būdų suvokimas. Išsikeliami pagrindiniai uždaviniai, kad mokiniai gebės: suvokti, kas yra mikrobai ir kokios jų rūšys, suvokti, kaip mikrobai patenka iš

vieno žmogaus pas kitą, suprasti ir išvardyti būdus, kurie padeda apsisaugoti nuo užkrečiamųjų ligų ir mikrobu, paaiškinti, kodėl svarbi tinkama higiena. Taikomi metodai: paskaita, diskusija, viktorina, demonstravimas, aiškinimas, minčių lietus, vaizdo medžiaga.

**3. 5–8 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – suteikti mokiniams žinių apie užkrečiamųjų ligų prevenciją, vaistų (antibiotikų) naudą ir galimą šalutinį poveikį. Išsikeliami pagrindiniai uždaviniai, kad mokiniai gebės: suprasti, kad imuninė sistema apsaugo organizmą nuo kenksmingų mikroorganizmų, paaiškinti, kodėl gripu sergančiam žmogui gydytojai neskiria antibiotikų, pakomentuoti vaistų vartojimo ir laikymo taisykles. Taikomi metodai: paskaita, diskusija, viktorina, demonstravimas, aiškinimas, minčių lietus, vaizdo medžiaga.

**4. 9–12 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – supažindinti su užkrečiamųjų ligų grupėmis, perdavimo būdais, skiepais. Išsikeliami pagrindiniai uždaviniai: mokiniai gebės atpažinti užkrečiamąsias ligas, gebės paaiškinti užkrečiamųjų ligų plitimo kelius, žinos vakcinacijos svarbą. Taikomi metodai: paskaita, diskusija, viktorina, demonstravimas, aiškinimas, vaizdo medžiaga.

**Vasario mėn.** – Lytiškumo ugdymo mokyklose, asmens higienos svarbos darželiuose mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas – suteikti vaikams žinių apie higienos svarbą ir padėti jiems formuoti įgūdžius. Pagrindiniai uždaviniai: mokiniai gebės įvardyti kūno dalis, suvokti higienos būtinumą, sieti higieną su sveikata, tinkamai prižiūrėti atskiras kūno dalis. Taikomi metodai: pasakojimas, pokalbis, demonstravimas, aiškinimas, minčių lietus.

**2. 1–4 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – suteikti mokiniams žinių apie lytinę brandą. Pamokos vyksta atskirai berniukams ir mergaitėms. Pagrindiniai uždaviniai: mokiniai žinos, kas yra lytinis brendimas ir kada tai nutinka, kas yra hormonai, susipažins su kūno pokyčiais, vykstančiais brendimo laikotarpiu. Taikomi metodai: paskaita, pokalbis, aiškinimas, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**3. 5–12 klasių mokiniams.** Vyresnių klasių mokiniams kyla vis daugiau klausimų, tačiau atsiranda ir suvaržymų bei gėdos jausmas kalbėtis tam tikromis temomis. Todėl, kalbant apie lytinį švietimą, reikalingos tam tikrų specialistų žinios. Visuomenės sveikatos specialistai kviečia atvykti į ugdymo įstaigas gydytojus ginekologus ir psichologus, kurie praveda paskaitas ir atsako į mokinių klausimus bei supažindina demonstratyviai su higienos priemonėmis.

**Kovo mėn.** – Burnos higienos ir eduoines profilaktikos mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas – parodyti vaikams, kaip taisyklingai valytis dantukus, suteikti žinių apie dantų šepetėlio priežiūrą ir higieną. Išsikeliami uždaviniai: vaikai mokės taisyklingai valytis dantukus, žinos, kad negalima dalytis dantų šepetėliu su šeimos nariais ar draugais. Taikomi metodai: demonstravimas (*drakoniuko* pagalba), aiškinimas, pokalbis, vaizdo medžiaga.

**2. 1–4 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – formuoti teisingus burnos higienos įpročius. Išsikeliami pagrindiniai uždaviniai: mokiniai mokės tinkamai prižiūrėti savo dantis, žinos apie dantų priežiūros priemones bei jų paskirtį, susipažins su dantims pavojingomis maistinėmis medžiagomis. Taikomi metodai: paskaita, pokalbis, aiškinimas, diskusija, viktorina, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**3. 5–8 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – suteikti mokiniams žinių apie tai, ką turėtume daryti, kad išvengtume dantų karieso ir išsaugotume sveikus dantis. Išsikeliami uždaviniai: mokiniai pakartos svarbiausias dantų priežiūros taisykles, tinkamai pasirinks burnos higienai skirtas priemones, taisyklingai valysis dantis. Taikomi metodai: paskaita, viktorina, diskusija, aiškinimas, pokalbis, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**4. 9–12 klasių mokiniams.** Dažniausiai ši amžiaus grupė jau turi gana nemažą žinių bagažą apie burnos higieną, tačiau taip pat turi nemažai klausimų, į kuriuos gali atsakyti tik tos srities specialistas. Todėl visuomenės sveikatos specialistai vyresnių klasių mokiniams organizuoja paskaitas su atvykstančiais odontologais bei burnos higienos specialistais, taip aptariamoms ir itin aktualioms temoms, tokioms kaip: dantų balinimas, dantų tiesinimas ir sukandimo gydymas (kapos, dantų plokštelė, breketai), tinkamos burnos higienos priemonės.

**Balandžio mėn.** – Aplinkos sveikatos mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas – formuoti palankaus aplinkai elgesio nuostatas saugant ne tik mus supančią aplinką, bet ir savo sveikatą. Išsikeliami uždaviniai: vaikai žinos pagrindinius reikalavimus sveikai aplinkai, įgys žinių apie aplinkos įtaką mūsų sveikatai, darys įtaką ne tik draugų, bet ir tėvų sąmoningumui. Taikomi metodai: pokalbis, aiškinimas, demonstravimas.

**2. 1–4 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – išsiaiškinti atliekų rūšiavimo taisykles ir svarbą. Išsikeliami uždaviniai: mokiniai gebės išskirti kasdienėje aplinkoje esančius taršos šaltinius, paaiškinti buitinių atliekų antrinį panaudojimą, gebės rūšiuoti atliekas. Taikomi metodai: paskaita, pokalbis, viktorina, minčių lietus, diskusija, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**3. 5–8 klasių mokiniams.** Vyresnių klasių mokiniai jau turi pagrindus apie šiukšlių rūšiavimą, buitines atliekas, antrines žaliavas, tad lieka tik prisiminti. Tačiau šis mėnuo

vyresnių klasių mokiniams skiriamas ir pokalbiams bei paskaitoms apie kitus mūsų sveikatai keliamus pavojus, t. y. kompiuteriai bei triukšmas aplinkoje. Pagrindiniai uždaviniai: išsiaiškinti kompiuterio poveikį mūsų sveikatai, susipažinti su triukšmo rūšimis ir poveikiu sveikatai. Taikomi metodai: paskaita, diskusija, viktorina, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**4. 9–12 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – supažindinti mokinius su ekologijos samprata. Išsikeliami uždaviniai: mokiniai žinos apie ekologijos svarbą žmonių sveikatai, kodėl jiems tai turi rūpėti ir kaip elgtis, kad išsaugotume kuo ilgiau sveiką ir nežalingą aplinką sveikatai. Taikomi metodai: paskaita, pokalbis, viktorina, diskusija, vaizdo medžiaga.

**Gegužės mėn.** – Fizinio aktyvumo darželiuose, traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos mokyklose mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Gegužės mėnuo ugdymo įstaigose visuomet būna vienas aktyviausių mėnesių, kai visuomenės sveikatos specialistai su ugdymo įstaigos bendruomene suorganizuoja sporto šventes, kuriose dalyvauja ne tik visa ugdymo įstaigos bendruomenė, bet ir atvyksta svečiai su įvairiausiomis aktyviomis užduotimis. Veiklų tikslas yra skatinti vaikus kuo aktyviau leisti laisvalaikį pasirenkant saugius bei sau įdomius judėjimo būdus. Veiklų uždaviniai: vaikai norės daugiau judėti, skatins šeimos narius tai daryti kartu su jais kuo dažniau. Taikomi metodai: varžybos, konkursai, demonstravimas, pokalbis.

**2. 1–8 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – saugesnė elgsena mokykloje ir už jos ribų. Išsikeliami uždaviniai: mokiniai gebės suvokti saugumo mokykloje ir už jos ribų taisykles bei jų nesilaikymo pasekmes, gebės identifikuoti kelio ženklus bei žinoti pagrindines saugaus eismo taisykles, žinos ir gebės įvardyti nuodingus namų ūkio produktus, atpažins nuodingų medžiagų simbolį. Taikomi metodai: paskaita, diskusija, viktorina, pokalbis, demonstravimas.

**3. 9–12 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – suteikti pirmos pagalbos žinių. Išsikeliami uždaviniai: mokiniai gebės atpažinti pavojingas sveikatai būkles, turės žinių, kaip suteikti pirmąją pagalbą nutikus nelaimei, mokės atlikti žmogaus gaivinimą. Taikomai metodai: paskaita, diskusija, viktorina, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**Rugsėjo mėn.** – Saugaus eismo svarbos darželiuose, taisyklingos laikysenos svarbos mokyklose mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas – ugdyti vaikų saugaus elgesio kelyje sampratą ir įgūdžius. Išsikeliami uždaviniai: vaikai susipažins su kai kuriais kelio ženklais, vaikai gebės paaiškinti kai kurių kelio ženklų reikšmes, žinos ir mokės paaiškinti, kodėl būtina nešioti atšvaitus. Taikomi metodai: pokalbis, aiškinimas, demonstravimas.

**2. 1–4 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas – taisyklinga vaikų laikysena. Išsikeliama uždaviniai: vaikai žinos tinkamą sau kuprinės svorį, gebės atsirinkti, ką nešiotis kuprinėje, mokės taisyklingai sėdėti pamokų bei laisvalaikio metu. Taikomi metodai: pokalbis, paskaita, demonstravimas, aiškinimas.

**Spalio mėn.** – Psichikos sveikatos mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas yra padėti vaikams suvokti save kaip šeimos ir darželio bendruomenės narį, suprasti savo ir kitų emocijas, tinkamai reaguoti į jas. Išsikeliama uždaviniai: vaikai saugiau ir geriau jausis darželio bendruomenėje, pagerės jų komunikaciniai gebėjimai, gebės atpažinti savo ir kitų emocijas bei tinkamai jas priimti. Taikomi metodai: pokalbis, aiškinimas, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**2. 1–4 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas yra savigarbos stiprinimas, bendravimo įgūdžių lavinimas, patyčių prevencija. Išsikeliama uždaviniai: mokiniai gebės pajauti ir priimti kito ribas, konstruktyviau spręsti kylančias konfliktines situacijas, stiprės galimybės toleruoti neigiamus jausmus bei stresą, formuojamas teigiamas požiūris į save bei aplinkinius. Taikomi metodai: pokalbis, diskusija, paskaita, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**3. 5–12 klasių mokiniams.** Veiklos daugiau organizuojamos visuomenės sveikatos specialisto kartu su ugdymo įstaigoje esančiu psichologu, mokiniai įtraukiami į renginių, skirtų patyčių prevencijai, organizavimą bei dalyvavimą.

**Lapkričio mėn.** – Sveikatos mitybos mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas – supažindinti vaikus su naudinga ir nenaudinga maistu jų sveikatai, atskirti vaisius ir daržoves bei skatinti valgyti sveikatai naudingus produktus. Išsikeliama uždaviniai: vaikai gebės savarankiškai atskirti sveikus maisto produktus nuo nenaudingų jų sveikatai, dažniau rinksis valgyti vaisius ir daržoves. Taikomi metodai: pokalbis, akcija, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**2. 1–4 klasės mokiniams.** Veiklų tikslas – formuoti sveikos mitybos įgūdžius. Išsikeliama uždaviniai: mokiniai gebės įvardyti pagrindinius maisto produktus bei jų grupes, suvoks maisto piramidės formavimo principus, kritiškai įvertins savo mitybos įpročius. Taikomi metodai: paskaita, pokalbis, diskusija, akcija, viktorina, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**Gruodžio mėn.** – Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos darželiuose, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos mokyklose mėnuo.

**1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams.** Veiklų tikslas – mokyti vaikus atpažinti pavojingas situacijas sveikatai ir elgtis saugiai. Išsikeliama uždaviniai: vaikai gebės saugiai

elgtis šalia pavojingų medžiagų, naminių gyvūnų. Taikomi metodai: pokalbis, aiškinimas, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**2. 1–4 klasių mokiniams.** Veiklų tikslas yra padėti mokiniams suformuoti teigiamą požiūrį į sveikatą, susilaikyti nuo alkoholio, tabako bei kitų psichotropinių medžiagų vartojimo. Išsikeliami uždaviniai: mokiniai žinos organizmui daromą žalą vartojant psichotropines medžiagas, neigiamai vertins jų vartojimą. Taikomi metodai: paskaita, pokalbis, diskusija, viktorina, demonstravimas, vaizdo medžiaga.

**3. 5–12 klasių mokiniams.** Vyresnių klasių mokiniams taikoma psichotropinių medžiagų prevencija pasitelkiant kartu darbui ugdymo įstaigoje dirbantį psichologą bei socialinį darbuotoją, taip pat kviečiami lektoriai, kurie skatina rinktis atsakingą ir blaivų gyvenimą. Daugiau dėmesio atkreipiama ir į aktualias problemas šiandieniniam paaugliui, t. y. elektroninių cigarečių vartojimą bei mitus apie garinimą.

*1 lentelė. 2019 m. Kauno rajono ugdymo įstaigose suorganizuotų renginių skaičius*

<b>Eil. Nr.</b>	<b>Tema</b>	<b>Renginiai (pamokos, paskaitos, akcijos, pokalbiai, viktorinos, diskusijos, varžybos ir kt.)</b>	<b>Dalyviai</b>	<b>Straipsniai, pranešimai, publikacijos</b>	<b>Stendai, plakatai</b>
1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	1 246	9 930	43	91
2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	350	8 525	29	56
3.	Fizinis aktyvumas	537	26 879	34	28
4.	Psichikos sveikata	297	13 793	34	46
5.	Aplinkos sveikata	43	616	8	41
6.	Rūkymo, alkoholio ir narkotikų prevencija	239	6 934	12	25
7.	Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija	141	3 404	16	16
8.	Tuberkuliozės profilaktika	36	1 208	6	4
9.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	354	10 025	18	106
10.	Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	317	8 446	33	44
11.	Kraujotakos sistemos	5	179	1	4



	ligų profilaktika				
12.	Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	273	5 640	17	22
13.	Kitos temos	87	3 491	5	12

Jau devintus metus iš eilės Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras organizavo orientacinio, edukacinio pobūdžio varžybas 8–9 klasių mokiniams – „Išgelbėk draugą“. Varžybų metu komandoms teko įveikti apie trijų kilometrų miško trasą, kurioje reikėjo surasti 10 stotelių, o jose atlikti teorines bei praktines užduotis temomis: pirmoji pagalba sušalus, nudegus, perkaitus, užspringus, lūžus kaulams, įkandus gyvūnui, elektros iškrovos metu. Keliose stotelėse dalyvių laukė specialiųjų tarnybų užduotys. Dalyvius egzaminavo Kauno policijos komisariato pareigūnai, Kauno rajono priešgaisrinės saugos tarnybos atstovai, kurie komandoms pateikė užduotį – imituotą gaisrą, kurį dalyviai turėjo užgesinti naudodamiesi visomis įmanomomis saugumo priemonėmis. Kauno rajono Greitosios medicinos pagalbos stoties medikai vertino, kaip mokiniai atlieka nukentėjusio žmogaus gaivinimą. Taip pat renginyje dalyvavo Lietuvos kariuomenės Krašto apsaugos savanorių pajėgų kariškiai, kurie dalyviams surengė šaudymo užduotį ir organizavo kliūčių ruožą. Varžybose dalyvavo 23 komandos iš 16 Kauno rajono ugdymo įstaigų.

Biuras ir toliau vykdo alkoholio, tabako ir kitų psichotropinių medžiagų vartojimo pirminės prevencijos tęstinį kompleksinį projektą, kurio tikslas – padėti mokiniams suformuoti teigiamą požiūrį į sveikatą, susilaikyti nuo alkoholio tabako bei kitų psichotropinių medžiagų vartojimo ir reguliariai vertinti mokinių elgsenos pokyčius. Profilaktinio poveikio metodika pagrįsta pačių vaikų aktyviu dalyvavimu ir veikla. Pirmas projekto modulis numatytas prevenciniam darbui su visais Kauno rajono pirmų, antrų, trečių ir ketvirtų klasių mokiniais. Naudojamos vaizdinės priemonės – skirtukas, spalvinimo knygelės. Kitas projekto modulis vykdomas stacionarioje struktūrizuoto intensyvaus, prevencinio mokymo stovykloje „Sniego gniūžtė“, skirtoje 9–12 klasių mokiniams. Stovyklos metu dalyviai skatinami bendrauti, linksmintis be alkoholio ir kitų svaigalų bei geriau pažinti save ir kitus. Mokiniai, praleidę stovykloje 3 dienas, praėję mokymus ir įgavę patirties, 5 klasių mokiniams veda prevencines pamokas.

2019 m. spalio 31 d. – lapkričio 3 d. Vilkijoje įvyko regioninė stovykla „Bendravimas sveikatai – Sniego gniūžtės mokykla, 2019“, kur atvyko mokiniai iš Panevėžio, Joniškio, Jonavos, Kauno rajono (10 mokinių), Prienų, Klaipėdos rajono, Ignalinos ir Šiluvos. Ši stovykla buvo organizuojama VšĮ „Psichikos sveikatos iniciatyvos“ pagal Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo finansuojamą projektą „Tabako gaminių ir e-cigarečių vartojimo nutraukimo intervencijos moksleiviams vidurio Lietuvoje“.

2019 metais Biuro iniciatyva vyko „Kūno kultūros pamoka kitaip“ 8-iose ugdymo įstaigose (Ringaudų ir Rokų pradinėse mokyklose; Čekiškės Prano Dovydaičio, Babtų, Domeikavos, Neveronių gimnazijose; Kačerginės daugiafunkciame centre; Zapyškio pagrindinėje mokykloje). Šios pamokos išskirtinumas yra pripučiami batutai, kurie suteikia galimybę vaikams praleisti dieną aktyviai bei linksmai kartu su bendraklasiais. Pagrindiniai aspektai organizuojant šias pamokas:

- Ugdymo įstaigoje visą dieną, pamokų principu, pravedamos veiklos vaikams sporto salėje. Vienu metu į sporto salę galima priimti iki 50 vaikų (maždaug 2 klases).
- Vienu metu vyksta trys veiklos, vaikai suskirstomi į 6 grupes taip, kad į vieną veiklą ateitų 2 grupės. Taip užtikrinama, kad visi vaikai užimtų.
- Tikslūs rezultatai neskaičiuojami, vaikams suteikiama galimybė visiškai įsitraukti į veiklas ir draugiškai varžytis tarpusavyje.
- Stengiamasi, kad veiklos maksimaliai apkrautų visus vaikus, o visas laikas būtų produktyviai išnaudotas ir skirtas aktyvioms užduotims: kliūčių ruožas, kovos ringas, smiginis ir pan.

Ankstyvosios intervencijos programa. Ankstyvoji intervencija – tai psichologinių, socialinių pedagoginių pagalbos priemonių teikimas mokiniams, kai nustatoma, kad jie galimai eksperimentuoja ir / ar nereguliariai vartoja alkoholį ir / ar narkotikus, skatinant nevartoti šių medžiagų. Teikiant ankstyvosios intervencijos paslaugas siekiama motyvuoti mokinį atsisakyti alkoholio ir /ar narkotikų vartojimo. Programą veda psichologas, socialinis pedagogas ir visuomenės sveikatos specialistas. Programa vyksta 6–12 asmenų grupėje, kurią sudaro pradinis pokalbis, 8 valandų praktinės pamokos ir baigiamasis pokalbis. Programą baigia mokiniai, lankę visas pamokas.

2019 metais programa pravesta vienai grupei Piliunos gimnazijoje, programą baigė 6 vaikai. Taip pat išsikeltas tikslas, kad kiekviena ugdymo įstaiga turėtų specialistų komandą darbui su šia programa. 2019 m. spalio–lapkričio mėnesiais, bendradarbiaujant su Narkotikų tabako ir alkoholio departamentu (NTAKD), suorganizuoti mokymai Kauno rajono ugdymo įstaigose dirbantiems visuomenės sveikatos specialistams, psichologams ir socialiniams pedagogams. Mokymus baigė 33 specialistai (2 lentelė).

*2 lentelė. Ankstyvosios intervencijos programos mokymus baigę specialistai*

<b>Programą baigę specialistai</b>	<b>Skaičius</b>	<b>Ugdymo įstaiga</b>
Visuomenės sveikatos specialistai	17	Visi specialistai, kurių ugdymo įstaigose yra vaikų nuo 14 m.

Psichologai ir jų padėjėjai	14	Vandžiogalos gimnazija, Šlienavos pagrindinė mokykla, Piliuonos gimnazija, Neveronių gimnazija, Raudondvario gimnazija, Babtų gimnazija, Garliavos Juozo Lukšos gimnazija, Garliavos Jonučių progimnazija, Garliavos Adomo Mitkaus pagrindinė mokykla, Karmėlavos Balio Buračo gimnazija, Čekiškės Prano Dovydaičio gimnazija, Kauno r. pedagoginė psichologinė tarnyba
Soc. pedagogai	2	Akademijos Ugnės Karvelis gimnazija, Čekiškės Prano Dovydaičio gimnazija

### Visuomenės sveikatos stiprinimas

Viena iš Kauno rajono visuomenės sveikatos biuro prioritetinių kryptių yra visuomenės sveikatos stiprinimas, kuris apima sveikatos mokymą, informacijos apie sveiką gyvenimą sklaidimą, sveikos gyvensenos įgūdžių formavimą, psichikos sveikatos stiprinimą.

2019 metais tęsiamas projektas „Fizinio aktyvumo skatinimas Kauno rajono bendruomenėje“, kurio tikslas – padidinti Kauno rajono vyresnio amžiaus (55 m. ir vyresni) gyventojų sveikatos raštingumo lygį bei suformuoti pozityvius jų sveikos elgsenos pokyčius.

Metų pradžioje Zapyškyje vyko susitikimas su bendruomenių lyderiais iš 25 bendruomenių taškų. Jo metu pristatyti per pirmus metus visų bendromis jėgomis pasiekti projekto rezultatai ir aptartos projekto galimybės.

Projektas vyksta dviem ciklais, trunkančiais 11 savaičių, pavasarį ir rudenį, kurių metu du kartus per savaitę bendruomenėse organizuojamos mankštos: viena vaizdo treniruotė, kita – su treneriu. Šiais metais suorganizuota 880 treniruočių, jose apsilankė 9297 Kauno rajono gyventojai. Į projektą įsitraukusiems gyventojams du kartus per savaitę organizuojamos išvykos į Mastaičių baseiną, jame taip pat vyksta lengvo intensyvumo mankšta. Iš viso suorganizuotos 44 išvykos į baseiną, į jas vyko 1102 Kauno rajono gyventojai.

Gegužės ir rugpjūčio mėnesiais suorganizuotos dvi sveikatingumo stovyklos, jų tikslas – skatinti sveiką gyvenimo būdą bei didinti gyventojų bendruomeniškumą. Į trijų dienų trukmės stovyklas susirinko daugiau kaip 200 Kauno rajono gyventojų. Jose buvo vedamos paskaitos sveikos gyvensenos ir ilgaamžiškumo temomis, įvairaus pobūdžio fizinio aktyvumo veiklos: treniruotė *Flexi-Bar* lazdomis, funkcinė treniruotė, rytinė mankšta, joga, šiaurietiško

ėjimo žygis, netrūko ir naujovių: tai *Nirvana fitness* bei *Tai chi* treniruotės. Taip pat dalyviai turėjo galimybę išmėginti gongų muzikos terapiją, sudalyvauti juoko jogoje bei *mindfulness* pamokose, jose išmoko neįprastų atsipalaidavimo technikų.

2019 m. rudenį 6-iose bendruomenėse buvo suorganizuoti susitikimai su daugkartine Lietuvos sportinės gimnastikos čempione, aerobikos trenere ir sveikos gyvensenos propaguotoja Joana Bartaškiene. Susitikimuose dalyvavo apie 100 Kauno rajono gyventojų.

2019 m. pavasarį ir rudenį penkiolikoje Kauno rajono ugdymo įstaigų vyko akcija „Aš ir senelis“. Akcijoje dalyvavo vaikai su savo seneliais. Iš viso akcijoje dalyvavo apie 220 senelių ir apie 200 vaikų. Seneliai dalyvavo ne tik iš Kauno rajono, bet atvyko ir iš kitų Lietuvos miestų (pvz., Panevėžio, Alytaus ar kt.). Akcijos metu seneliai turėjo galimybę atlikti kūno sudėties analizę (sužinoti savo kūno masės indeksą, riebalų, raumenų procentinę dalį organizme), pasimatuoti kraujo spaudimą ir pasikonsultuoti sveikos gyvensenos klausimais. Atlikus matavimus vaikai kartu su seneliais dalyvavo fizinio aktyvumo veiklose: linksmosiose estafetėse arba bendroje sveikatingumo mankštoje.

2019 m. spalio–gruodžio mėn. buvo organizuojami nemokamos jogos pamokos, skirtos gyventojams nuo 18 m. Jos vykdytos 15 bendruomenių: Domeikavoje, Lapėse, Batniavoje, Juragiuose, Karmėlavoje, Neveronyse, Ežerėlyje, Ringauduose, Piliuonoje, Antalkiuose, Sitkūnuose, Ilgakiemyje, Linksmakalnyje, Zapyškyje, Pagynėje. Iš viso buvo prarastos 254 pamokos.

Nemokamų vasaros treniruočių ciklas po atviru dangumi vyko 2019 m. birželio–rugpjūčio mėn. Babtuose, Garliavoje, Kulautuvoje, Neveronyse, Raudondvaryje, Ringauduose, Giraitėje, Domeikavoje ir Vilkijoje. Kiekvienoje vietovėje vyko po dvi treniruotes per savaitę (joga, funkcinė treniruotė, zumba). Iš viso buvo suorganizuotos 133 treniruotės, jose dalyvavo apie 2500 Kauno rajono gyventojų. Paramą mineraliniu vandeniu skyrė UAB „Birštono mineraliniai vandenys“.

Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programa „Sveika širdis – laimingas gyvenimas“ skirta 40–65 m. asmenims, turintiems riziką susirgti širdies ir kraujagyslių ligomis arba cukriniu diabetu. Mokymus sudarė 6 teorinės-praktinės pamokos, kurias vedė šeimos gydytojas, psichologas, mitybos specialistas ir kineziterapeutas. Mokymai vyko Garliavos Roko Šliūpo poliklinikoje ir Vilkijos PSPC. Iš viso 2019 m. mokymuose dalyvavo 41 žmogus, savanoriškai užsiregistravusiųjų buvo

4. Programai paramą skyrė Girstučio baseinas, „Kraujo laboratorija“, UAB „Aconitum“ ir BENU vaistinė.

Bendradarbiaujant su bendruomenių centrais, buvo rengiami įvairūs sveikatingumo renginiai: tai paskaitos sveikos mitybos, saikingo antibiotikų vartojimo ir burnos higienos temomis, maisto gamavimo pamokos, taip pat jau tradicija tapusios sveikatos stotelės, kuriose gyventojams buvo teikiamos sveikos gyvensenos rekomendacijos, tiriamas gliukozės, cholesterolio kiekis kraujyje, kūno analizatoriaus pagalba matuojamas kūno masės indeksas, riebalų ir raumenų procentinė dalis organizme. Kauno apygardos probacijos tarnyboje skaityti pranešimai apie priklausomybių prevenciją bei sveiką gyvenseną.

Kauno rajone priklausomybių konsultantų paslaugos buvo teikiamos 2019 m. lapkričio–gruodžio mėn. vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2018 m. rugsėjo 7 d. įsakymu Nr. V-989 „Dėl priklausomybės konsultavimo paslaugų rizikingai ir žalingai alkoholį vartojantiems asmenims teikimo tvarkos aprašo patvirtinimo“. Per šį laikotarpį suteiktos 42 konsultacijos 23 Kauno rajono gyventojams. Konsultacijos vyko Vilkijos, Ežerėlio, Zapyškio, Karmėlavos ir Raudondvario seniūnijų patalpose. Siekiant užtikrinti maksimalų rizikos grupių asmenų pasiekiamumą, buvo glaudžiai bendradarbiaujama su Kauno rajono savivaldybės socialinių paslaugų centru, Kauno apygardos probacijos tarnyba, Kauno rajono savivaldybės administracijos vaiko gerovės komisija, Užimtumo tarnybos Kauno rajono skyriumi, kurie informavo savo klientus apie pagalbos galimybes arba įpareigojo tam tikrus asmenis lankytis pas priklausomybės konsultantą.

Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo mokymai įmonių darbuotojams buvo organizuojami 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“. 2019 m. mokymuose dalyvavo 30 darbuotojų iš 2 Kauno rajone veikiančių įmonių. Mokymų programa apėmė: psichoemocinės būklės įmonėje ir darbuotojų psichikos sveikatos raštingumo įvertinimą, psichoemocinės sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams veiksmų plano sudarymą ir įgyvendinimą, mokymus su lektorais, rekomendacijų įmonei, kaip toliau savarankiškai tęsti veiklas, sudarymą.

Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo mokymai buvo organizuojami 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“. 2019 m. mokymuose dalyvavo Rokų mokykla-darželis

(12 specialistų), Šlienavos pagrindinė mokykla (9 specialistai), Raudondvario A. ir A. Kriauzų pradinė mokykla (12 specialistų), Domeikavos gimnazija (9 specialistai) ir Garliavos Jonučių progimnazija

(12 specialistų). Programa apėmė 32 val. mokymus, į juos įėjo: aktualių mokyklos problemų psichikos sveikatos srityje pristatymas, situacijų analizė bei rekomendacijų, kaip reaguoti į problemines situacijas ir kokiais būdais jas spręsti, pateikimas. Mokymų grupę suformavo ugdymo įstaigos administracija (galėjo dalyvauti mokytojai, mokytojų padėjėjai, socialiniai pedagogai, specialieji pedagogai, psichologai, psichologų asistentai, logopedai, tiflopedagogai, surdopedagogai, visuomenės sveikatos specialistai, mokyklos administracijos darbuotojai).

Per 2019 m. buvo suorganizuoti 3 savižudybių prevencijos įgūdžių mokymai „SafeTALK, kuriuose dalyvavo 75 specialistai iš Kauno rajono GMP, Kauno AVPK Kauno rajono policijos komisariato, asmens sveikatos priežiūros įstaigų, seniūnijų, ugdymo įstaigų, Kauno rajono savivaldybės socialinių paslaugų centro bei Biuro. „SafeTALK“ – 4 val. trukmės mokymai apie tai, kaip atpažinti savižudybės pavojų ir nukreipti žmogų pagalbos. Po „SafeTALK“ mokymų dalyviai yra geriau pasirengę atpažinti šiuos kvietimus ir padėti asmeniui, svarstančiam apie savižudybę, užmegzti ryšį su žmonėmis, galinčiais suteikti pagalbą.

„Herojaus kelionė“ – pamokos mokyklinio amžiaus vaikams (dirbama su klase), kurios ugdo savivoką (suprantu, kas vyksta manyje), savikūrą (galiu keisti savo jausmus, mintis ir elgesį) bei partnerystę (noriu ir galiu bendradarbiauti). Programą sudarė 6 pamokų ciklas, jų metu buvo aptartos šios temos: savęs pažinimas per judesį, savęs ir kitų pažinimas per kūrybą, iššūkių įveikimas, pyktis, agresija ir įveika, empatija, vieninga bendruomenė. 2019 m. šioje programoje dalyvavo Garliavos Jonučių progimnazija, Domeikavos gimnazija ir Garliavos Adomo Mitkaus pagrindinė mokykla.

Gruodžio mėnesį Biuras, siekdamas pastiprinti bendradarbiavimą tarp ugdymo įstaigose dirbančių visuomenės sveikatos ir pagalbos specialistų (socialiniai pedagogai, psichologai), organizavo komandos formavimo mokymus. Juose dalyvavo 52 specialistai.

### **Visuomenės sveikatos biuro veiklos viešinimas**

2019 m. pradėta daugiau dėmesio skirti visuomenės sveikatos biuro veiklų viešinimui socialiniame tinkle „Facebook“. Tam pasitelkti reklamos įrankiai, siekiant užtikrinti, kad kuo daugiau Kauno rajono gyventojų sužinotų apie jiems organizuojamas aktualias nemokamas veiklas, supažindinti su visuomenės sveikatos specialistų, dirbančių

ugdymo įstaigose, indėliu į vaikų sveikatos stiprinimą. Per 2019 m. visuomenės sveikatos biuro „Facebook“ paskyroje sekėjų skaičius išaugo beveik 800.

Nuspręsta atnaujinti visuomenės sveikatos biuro internetinę svetainę [www.kaunorvsb.lt](http://www.kaunorvsb.lt), kad visa svarbiausia informacija būtų lengvai ir greitai prieinama Kauno rajono gyventojui. Įvestos naujos funkcijos, tokios kaip renginių kalendorius ir registracijos forma į vykdomas veiklas.

Bendradarbiaujant su radijo stotimi „Kelyje“, buvo suorganizuotas interviu apie vykdomą projektą „Fizinio aktyvumo skatinimas Kauno rajono bendruomenėje“ ir nemokamų vasaros treniruočių ciklą po atviru dangumi. Kauno rajono visuomenės sveikatos biuro veiklos buvo publikuotos „Kauno diena“, „Savaitė“ numeriuose bei portaluose „Kas vyksta Kaune“ ir DELFI.

Siekiant užtikrinti, kad kuo didesnė Kauno rajono gyventojų dalis sužinotų apie Kauno rajono visuomenės sveikatos biuro vykdomas veiklas, 2019 m. buvo leidžiami plakatai, skrajutės ir lankstinukai. Ši informacinė medžiaga išdalyta bendradarbiaujant kartu su asmens sveikatos priežiūros įstaigomis, seniūnijomis, bendruomenių ir kultūros centrais, Kauno rajono viešąja biblioteka bei ugdymo įstaigomis.

#### **Visuomenės sveikatos stebėseną**

Visuomenės sveikatos stebėseną savivaldybėse vykdoma vadovaujantis 2017 m. gruodžio 13 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V-1423 „Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. rugpjūčio 11 d. įsakymo Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“ pakeitimo“. 2019 metais parengta detali ataskaita už 2018 metus, kurioje aprašomi visuomenės sveikatos būklę atspindintys duomenys Kauno rajono savivaldybėje bei pateiktos rekomendacijos. Pagrindinio rodiklių sąrašo analizė ir interpretavimas atliekamas siekiant palyginti Savivaldybės rodiklius su Lietuvos vidurkiu. Vadovaujantis „šviesoforo“ principu, visos 60 Lietuvos savivaldybių suskirstytos į 5 grupes (po 12 savivaldybių kiekvienoje grupėje): 12 savivaldybių, kuriose stebimas rodiklis atspindi geriausią situaciją, priskiriamos savivaldybių su geriausiais rodikliais grupei ir žymimos žalia spalva; 12 savivaldybių, kuriose stebimas rodiklis rodo prasčiausią situaciją, priskiriamos savivaldybių su prasčiausiais rodikliais grupei ir žymimos raudona spalva; likusių 36 savivaldybių rodiklio reikšmės žymimos geltona spalva. Šių savivaldybių rodikliai interpretuojami kaip atitinkantys Lietuvos vidurkį. Kauno rajono savivaldybės reikšmės, lyginant su Lietuvos vidurkiu, 2018 m. pasiskirsto taip: 41 proc. rodiklių patenka į žaliąją zoną, 45 proc. – į geltoną ir 14 proc. – į raudonąją zoną.

2019 m. rugsėjo – gruodžio mėnesiais atliktas Lietuvos gyventojų faktinės mitybos, mitybos ir fizinio aktyvumo įpročių tyrimas Kauno rajone. Tyrimo metu apklausti 94 Kauno rajono 19–75 metų gyventojai. Duomenys pateikti Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centrui.

## 5. BENDRADARBIAVIMAS SU BIRŠTONO SAVIVALDYBE

Biuras teikia visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas Birštono savivaldybei. Visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų teikimo Birštono savivaldybės gyventojams sutartis buvo pasirašyta 2018 m. gruodžio mėn. tarp Birštono savivaldybės administracijos direktoriaus ir Kauno rajono visuomenės sveikatos biuro direktoriaus. Šia sutartimi Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras įsipareigojo teikti Birštono savivaldybės gyventojams visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas (visuomenės sveikatos stiprinimas ir stebėseną bei mokinių sveikatos priežiūrą) pagal sutartyje nustatytas sąlygas.

2019 m. Birštono visuomenės sveikatos priežiūros specialistai organizavo sveikatos ugdymo ir mokymo renginius Birštono ikimokyklinėse ir bendrojo lavinimo įstaigose, juose dalyvavo daugiau nei 7100 vaikų.

Daugiausiai dėmesio Birštono ugdymo įstaigose skirta 5 sritims: užkrečiamųjų ligų profilaktikai ir asmens higienai (1354 dalyviai), traumų ir nelaimingų atsitikimų profilaktikai (1090 dalyvių), aplinkos sveikatai (1084 dalyviai), sveikai mitybai ir nutukimo prevencijai (856 dalyviai) bei éduonies profilaktikai ir burnos higienai (788 dalyviai).

Ugdymo įstaigų visuomenės sveikatos priežiūros specialistai suteikė 255 individualias konsultacijas ugdymo įstaigų bendruomenei – ugdytiniams (127 žmonės), tėvams / globėjams (14 žmonių), ugdymo įstaigų darbuotojams (114 žmonių).

Ugdymo įstaigose buvo suteiktos 140 pirmosios pagalbos ar gydytojų rekomendacijų įgyvendinimo paslaugų. Ikimokyklinėse ugdymo įstaigose – 36 mokiniams ir mokyklose – 104 mokiniams.

Ugdymo įstaigose buvo atlikta 2047 patikros dėl asmens higienos, pedikuliozės.

2019 m. gegužės 24 d. dieną Birštono gimnazijoje 8–10 kl. mokiniams ir mokytojams (daugiau nei 120 mokinių) vyko pirmosios pagalbos teikimo mokymai, kuriuos vedė krizių tyrimo centro instruktoriai ir GMP medikai.

2019 m. lapkričio 28 d. Birštono gimnazijos 7 kl. mokinės kartu su visuomenės sveikatos specialistu dalyvavo regioninėje konferencijoje „Mokinys – mokiniui 2019“, kuri vyko Domeikavoje. Buvo pristatyti 4 pranešimai temomis: „Kodėl patyčios vis dar



aktualios?“, „Cigarečių vartojimo pinklės“, „Patyčios. Mitai ir faktai“, „Alkoholinių gėrimų vartojimas“.

2019 m. gruodžio 10 d. įvyko Nacionalinio sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo ir aktyvių mokyklų veiklos koordinavimo komisijos posėdis. Jo metu, visuomenės sveikatos specialisto iniciatyva, Birštono gimnazijai suteiktas Aktyvios mokyklos statusas.

2019 m. Birštono gimnazija dalyvavo Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos, Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro, Lietuvos mokinių neformaliojo švietimo centro organizuotoje iniciatyvoje „Aktyviai, draugiškai, sveikai“ ir pateko į 10-uką iniciatyviausių mokyklų, norinčių gyventi kitaip (iš 228 ugdymo įstaigų).

Birštono gimnazijoje spalio–gruodžio mėn. vyko mokyklos darbuotojų visuomenės psichikos sveikatos įgūdžių stiprinimo mokymai. Jų metu buvo nagrinėjamos įvairios problemos, klausimai kartu su lektorėmis: psichologe Vilma Stundžiene ir socialine pedagoge Andrėja Adašiūniene (18 dalyvių).

Rugsėjo 20–21 d. suorganizuota „Sveikatingumo stovykla 2019 Birštonas“. Joje Birštono gyventojai galėjo sudalyvauti fizinio aktyvumo veiklose: dalyvavo rytinėje mankštoje, jogos treniruotėse, šiaurietiško ėjimo treniruotėje, vaikščiojo Kneipo taku, mankštinosi baseine, užsiėmė *Nirvana fitness*, išbandė funkcinės treniruotės, išmėgino relaksacines veiklas: sąmoningo kvėpavimo techniką ir gongų garsų terapiją, pagilino savo žinias įvairiose paskaitose apie sveiką gyvenseną.

Birštono savivaldybėje balandžio–gegužės mėn. buvo organizuojamos mankštos gryname ore (90 dalyvių), rugsėjo–gruodžio mėn. – jogos pamokos „Eglės sanatorijoje“ (1075 dalyviai), spalio–gruodžio mėn. vyko linijinių šokių pamokos su Joana Bartaškiene (225 dalyviai).

Spalio 2 d. Birštono savivaldybėje buvo suorganizuoti 4 val. savižudybių prevencijos mokymai LIEPTAS su lektorėmis prof. N. Žemaitiene ir psichologe V. Šap (15 dalyvių).

Lapkričio 11 d. pradėta vykdyti širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programa Birštono bendruomenės žmonėms: paskaitos su šeimos gydytoju, kineziterapeutu, sveikos mitybos specialistu, psichologu (6 paskaitos po 15 dalyvių).

Lapkričio 12 d. Birštono savivaldybėje Biuras organizavo paskaitą „Sveikatai palanki mityba – geros savijautos raktas“ su doc. dr. V. Kriaučioniene (32 dalyviai). Buvo atliekama kūno analizė, pristatomos sveikatai palankios mitybos gairės, ragaujamos sveikos vaišės.

Nuo 2018 m. birželio mėn. Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras kartu su Birštono savivaldybe vykdo projektą „Sveikos gyvensenos skatinimas Birštono savivaldybėje“, jo tikslas – Birštono savivaldybės ugdymo įstaigas lankančių vaikų iki 18 metų sveikatos raštingumo didinimas bei pozityvių jų sveikatos elgsenos pokyčių formavimas. Šio projekto metu Biuras 2019 m. birželio 17–20 d. suorganizavo sveikos gyvensenos savaitę Birštono gimnazijos I–III kl. mokiniams. Šios savaitės metu vyko tinklinio, krepšinio, futbolo turnyrai, estafetės, treniruotės su batutais, protų mūšiai. Taip pat buvo suorganizuotas 81 fizinio aktyvumo veikla sporto salėje.

---