

## **DRUSKININKŲ SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2021 METŲ DARBO PLANAS**

### **I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (toliau – biuras) darbo 2021 m. plane (toliau – planas) iškeltas siekiamas tikslas ir uždaviniai, jų įgyvendinimo priemonės, įgyvendinimo partneriai, vertinimo kriterijai ir laukiami rezultatai.
2. Planas parengtas vadovaujantis:
  - 2.1. Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės priežiūros funkcijų vykdymo 2021m. veiklos prioritetų vertinimo kriterijų reikšmių planu;
  - 2.2. Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymu;
  - 2.3. Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymu;
  - 2.4. Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos stebėsenos (monitoringo) įstatymu;
  - 2.5. Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymu;

### **II SKYRIUS SITUACIJOS ANALIZĖ**

3. Demografinė situacija:
  - 3.1. Vidutinis metinis gyventojų skaičius Druskininkų savivaldybėje 2019 m. buvo 19360. Gimstamumo rodiklis 1000 gyventojų – 8,3, mirtingumo rodiklis – 15,2.
  - 3.2. Vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė – 79,07.
  - 3.3. 2019 m. kaime gyveno 7151 asmenų. t. y. 36,94 proc. Miestuose gyvena 12209 žmonės, t. y. 63,06 proc. savivaldybės gyventojų. Miesto ir kaimo gyventojų santykis beveik nepakitęs. Vyrų dalis sudaro 43,88 proc. Visų savivaldybės gyventojų, moterų dalis – 56,11 proc.
  - 3.4. Lietuvos statistikos departamento duomenimis vaikų 0-17 amžiaus grupėje – 15,63 proc./3026 asm., pensinio amžiaus asmenų 26,50 proc./5132 asm., vaisingo amžiaus (15–49 m.) moterų 3692 asm..
4. Sergamumo rodikliai:
  - 4.1. Druskininkų savivaldybėje, kaip ir Lietuvos Respublikoje, buvo įvertinta gyventojų sveikatos ir socialinio gyvenimo situacija, nagrinėjamos problemos, susijusios su alkoholio, tabako, narkotinių medžiagų vartojimu, ieškoma priemonių gerinti savivaldybės gyventojų sveikatos būklę, analizuojami sergamumo rodiklių pokyčiai. Nustatyta, kad naujai susirgusių (sergamumas) asmenų Druskininkų savivaldybėje 2019 m. užregistruota 17223 asm., vaikų (0-17 m.) - 2879 asm., jaunuolių (14- 29 m.) sergamumas 2019 m. - 2494 asm.
  - 4.2. Pagal Higienos instituto sveikatos informacijos centro duomenis, 2019 m. Druskininkų savivaldybėje stebime sergamumo rodiklių didėjimą:
    - 4.2.1. endokrininės sistemos ligos - 4336 atv.;
    - 4.2.2. sergamumas kvėpavimo sistemos ligomis - 6453 atv.
    - 4.2.3. virškinimo sistemos ligos – 6000 atv.

### **III SKYRIUS PLANO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

6. Tikslas – stiprinti Druskininkų savivaldybės gyventojų sveikatą, didinant gyventojų atsakomybę už savo sveikatą, vykdant Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą visuomenės sveikatos priežiūrą, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas.

7. Uždaviniai:

7.1. Užtikrinti koordinuotą, nuolatinę visuomenės sveikatos priežiūrą Druskininkų savivaldybės ugdymo įstaigose, formuojant vaikų ir jaunimo sveikos gyvensenos įgūdžius bei teisingą jų požiūrį į savo sveikatą.

7.2. Vykdyti Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną, analizuoti ir vertinti gyventojų sveikatą, jos pokyčius, gyvensenos įpročius ir jų poveikį sveikatai, planuoti ir įgyvendinti visuomenės sveikatos stiprinimo priemones didinant gyventojų informuotumą ir dalyvavimą valstybės finansuojamose prevencinėse programose.

7.3. Stiprinti visuomenės sveikatą Druskininkų savivaldybės bendruomenėse, organizuojant fizinio aktyvumo skatinimo užsiėmimus, didinant gyventojų informuotumą apie lėtinių neinfekcinių ir infekcinių ligų pagrindinius rizikos veiksnius, ligų ir traumų profilaktiką.

7.4. Visapusiškai bendradarbiauti ir padėti Nacionaliniam visuomenės sveikatos centrui COVID-19 pandemijos metu.

Pastaba. Veiklos bus vykdomos tiesioginiu arba nuotoliniu būdu, prisitaikant prie esamų sąlygų.

### **IV SKYRIUS PLANO ĮGYVENDINIMO PARTNERIAI**

8. Plano įgyvendinimo partneriai:

- 8.1. Druskininkų savivaldybės administracija;
- 8.2. Druskininkų savivaldybės viešosios asmens sveikatos priežiūros įstaigos;
- 8.3. Druskininkų savivaldybės švietimo įstaigos;
- 8.4. Druskininkų savivaldybės bendruomenės;
- 8.5. Druskininkų savivaldybės švietimo paslaugų centras;
- 8.6. Druskininkų sporto centras;
- 8.7. Druskininkų savivaldybės socialinių paslaugų įstaigos;
- 8.8. Druskininkų savivaldybės kultūros centrai, daugiafunkciniai centrai;
- 8.9. Druskininkų savivaldybės nevyriausybinės organizacijos.

### **V SKYRIUS PLANO DALYVIAI**

9. Plano dalyviai:

- 9.1. Druskininkų savivaldybės gyventojai.

### **VI SKYRIUS PLANO FINANSAVIMO ŠALTINIAI**

10. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos lėšos.
11. Druskininkų savivaldybės biudžeto lėšos.

12. Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšos.
13. Projektinės lėšos.
14. Kiti šaltiniai.

## **VII SKYRIUS**

### **PLANO VERTINIMO KRITERIJAI**

15. Druskininkų savivaldybės gyventojams suteiktų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų skaičius.
16. Druskininkų savivaldybės ugdymo įstaigose vaikams suteiktų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų skaičius.
17. Atliktų visuomenės sveikatos tyrimų, apklausų skaičius, parengtų ataskaitų skaičius.
18. Organizuotų renginių, mokymų ir dalyvių skaičius.
19. Išleistų leidinių, dalomosios medžiagos, peržiūrų skaičius.

## **VIII SKYRIUS**

### **LAUKIAMŲ REZULTATAI**

20. Padidės Druskininkų savivaldybės gyventojų informuotumas sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo klausimais.
21. Padidės gyventojų dalyvavimas prevencinėse programose bei su sveikatinimo veikla susijusiuose organizuojamuose renginiuose.
22. Pagerės Druskininkų savivaldybės gyventojų psichoemocinė būklė, padidės atsparumas žalingiems įpročiams.
23. Bus siekiama didinti Druskininkų savivaldybės gyventojų fizinį aktyvumą, jo reguliarumą.
24. Druskininkų savivaldybės ugdymo įstaigų vaikai daugiau įgis žinių apie sveikatą ir jos rizikos veiksnius.
25. Druskininkų savivaldybės ugdymo įstaigų vaikai įgis daugiau sveikos gyvensenos įgūdžių.
26. Druskininkų savivaldybės vaikai įgis slidinėjimo pradmenis ir įgūdžius.
27. Padaugės teikiamų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų skaičius Druskininkų savivaldybės gyventojams.
28. Pagerės Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro paslaugų kokybė.

## IX. PRIEMONIŲ PLANAS

### Visuomenės sveikatos stiprinimas

Eil. Nr.	Sveikatos ugdymo ir mokymo renginiai, informavimo veiksmai	Pranešimai, paskaitos, pamokos, diskusijos, debatai, konkursai, viktorinos, varžybos ir kiti vieši renginiai		Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete (unikaliais vienetais)	Įgyvendinimo laikotarpis
		renginių sk.	dalyvių sk.		
	<b>Iš viso</b>	<b>581</b>	<b>33383</b>		
<b>1.</b>	<b>Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai:</b>				
1.1.	„Nėščiąjų mokyklėlė“ paskaitų ciklas	3/4 paskaitos	140	5	I – IV ketv.
1.2.	Sveikatos stotelės (gliukozės ir cholesterolio tyrimai, kūno masės analizė, pirmos pagalbos mokymai)	2	100	3	I – IV ketv.
1.3.	Protmūšis/testas „Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas“	1	200	3	I – IV ketv.
1.4.	Paskaita-praktinis užsiėmimas „Pirtys ir jų nauda“	2	100	2	I – IV ketv.
1.5.	Grūdinimosi skatinimo užsiėmimai	4	100	5	I – IV ketv.
<b>2.</b>	<b>Sveika mityba ir nutukimo prevencija:</b>				
2.1.	Sveikos mitybos skatinimo praktinis užsiėmimas	5	140	2	I – IV ketv.
2.2.	Akcija „Atlik savo kūno masės sudėties analizę“	2	150	2	I – IV ketv.
2.3.	Konkursas „Sveikai maitinusi“	1	50	2	I – IV ketv.
2.4.	Mokymai „Sveikatai palanki mityba“	1	40	2	I – IV ketv.
2.5.	Programa „Sveikos mitybos ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo mokymas“	1/6 temos	1000	5	I – IV ketv.
<b>3.</b>	<b>Fizinis aktyvumas:</b>				
3.1.	TRX treniruotės	20	200	4	I – IV ketv.

3.2.	Mankštos senjoramams	104	1560	4	I – IV ketv.
3.3.	TABATA treniruotės	47	1175	6	I – IV ketv.
3.4.	Šiaurietiškojo ėjimo žygiai	36	720	6	I – IV ketv.
3.5.	Šiaurietiškojo ėjimo žygiai ir kėlimasis lynų keltuvais	1	50	2	I – IV ketv.
3.6.	Dalyvavimas šiaurietiškojo ėjimo žygyje kitoje savivaldybėje	1	50	6	I – IV ketv.
3.7.	Jogos užsiėmimai	52	1500	2	I – IV ketv.
3.8.	Baidarių žygis	1	50	2	I – IV ketv.
3.9.	Projektas „Sveikos gyvensenos formavimas Druskininkų savivaldybėje“	1	-	2	I – IV ketv.
3.10.	Bėgimo varžybos	2	200	8	I – IV ketv.
3.11.	Fizinio aktyvumo iššūkiai	5	500	2	I – IV ketv.
3.12.	Aerobika vandenyje	4	160	2	I – IV ketv.
3.13.	„Judėk su TRIKKE“	3	100	4	I – IV ketv.
3.14.	Šeimos bėgimas aplink Druskonį	1	200	4	I – IV ketv.
3.15.	Projekto „Sveika bendruomenė stipri visuomenė“ tęsinys pradinukų slidinėjimo pamokos	1			I – II ketv.
3.16.	Dviejų dienų „Sveiko judesio“ vasaros stovykla	2	60	6	III ketv.
3.17.	Stovykla ir sveikos gyvensenos mokymas bendruomenėse „Išjudink save“	1	30	4	III ketv.
<b>4.</b>	<b>Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.):</b>				
4.1.	Priklausomybių konsultantas	1	88	10	I – IV ketv.
4.2.	Psichologo konsultacijos	1	770	10	I – IV ketv.
4.3.	Supervizijos	2	30	2	
4.4.	Programa „Psichikos sveikatos kompetencijų didinimas įmonių darbuotojams“	2	30	6	
4.5.	Programa „Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimas“	2	48	6	
<b>5.</b>	<b>Aplinkos sveikata:</b>				
5.1.	Akcija „Diena be automobilio“	1	100	2	I – IV ketv.
5.2.	Iššūkis „Surink daugiausia žingsnių“	1	100	2	IV
5.3.	Akcija „Darom 2021“	1	200	5	I – IV ketv.
<b>6.</b>	<b>Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija:</b>				
6.1.	Ankstyvosios intervencijos programa	2/10 paskaitų	12	3	I – IV ketv.
6.2.	Projektas „Narkotinių medžiagų pėdsakų aptikimas Druskininkų savivaldybės	1/10	-		I – IV ketv.

	įstaigose”	įstaigų			
<b>7.</b>	<b>Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija</b>				
7.1.	Pranešimas apie lytiškai plintančias ligas	1	30	4	I – IV ketv.
<b>8.</b>	<b>Tuberkuliozės profilaktika:</b>				
8.1.	Tuberkuliozės dienos minėjimui skirta akcija “STOP TB!”	1	100	2	I – IV ketv.
<b>9.</b>	<b>Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena:</b>				
9.1.	Paskaita „Formuokime taisyklingus asmens higienos įgūdžius”	1	50	2	I – IV ketv.
9.2.	COVID-19 pranešimai, aktualijos, rekomendacijos	1	6000	2	I – IV ketv.
9.3.	Pagalba Nacionaliniam visuomenės sveikatos centrai, vykdant sustiprintą užkrečiamųjų ligų epidemiologinę priežiūrą	1	Pagal poreikį	30	
<b>10.</b>	<b>Ėduonies profilaktika ir burnos higiena.</b>				
10.1.	Burnos higienos paskaita su odontologu/burnos higieniste	1	40	4	I – IV ketv.
10.2.	Protmūšis „Kaip gerai moki valytis dantis?“	1	80	2	I – IV ketv.
10.3.	Akcija „Dalinu sveiką ir gražią šypseną”	1	100	3	I – IV ketv.
10.4.					I – IV ketv.
<b>11.</b>	<b>Kraujotakos sistemos ligų profilaktika:</b>				
11.1.	Širdies ir kraujagyslių ligų programos viešinimas	1	4000	10	I – IV ketv.
11.2.	Žygis širdies dienai paminėti	1	150	4	I – IV ketv.
<b>12.</b>	<b>Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija:</b>				
12.1.	Pirmosios pagalbos mokymai	4	120	10	I – IV ketv.
12.2.	Pranešimas spaudai “Žiemos pavojai - traumų prevencija”	1	6000	2	I – IV ketv.
12.3.	Praktinė pamoka “Skęstančiojo gelbėjimas”	1	6000	2	I – IV ketv.
12.4.					I – IV ketv.
<b>13.</b>	<b>Onkologinių ligų profilaktika:</b>				
13.1.	Paskaita “Fizinio aktyvumo ir mitybos įpročiai onkologinių ligų prevencijai”	1	30	4	I – IV ketv.
13.2.	„Prevencinių programų pristatymas” lankstinukai, plakatai	2	300-500	4	I – IV ketv.
<b>14.</b>	<b>Cukrinio diabeto prevencija</b>				
14.1.	Projektas „Diabetinė pėda“ higieninis pedikiūras, skirtas žmonėms, sergantiems cukriniu diabetu	240	80	2	I – IV ketv.

14.2.					I – IV ketv.
<b>15.</b>	<b>Širdies ir kraujagyslių ir cukrinio diabeto stiprinimo programa</b>				I - IV ketv.
15.1.	Fizinio aktyvumo skatinimas	4	80	10	I - IV ketv.
15.2.	Dietologo paskaita	1	30	2	I – IV ketv.
15.3.	Sveikos mitybos praktinis užsiėmimas	1	40	2	I – IV ketv.
15.4.	Endokrinologo paskaita	1	30	2	I – IV ketv.
15.5.	Paskaita “Fizinio aktyvumo reikšmė”	1	50	2	I – IV ketv.
15.6.	Paskaita “Streso valdymas”	1	80	2	I – IV ketv.

## Visuomenės sveikatos stebėseną

Eil. Nr.	Sveikatos ugdymo ir mokymo renginiai, informavimo veiksmai	Pranešimai, paskaitos, pamokos, diskusijos, debatai, konkursai, viktorinos, varžybos ir kiti vieši renginiai		Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete (unikaliais vienetais)	Įgyvendinimo laikotarpis
		renginių sk.	dalyvių sk.		
1.	Savivaldybės stebėtų visuomenės sveikatos stebėsenos rodiklių skaičius (vienetais)	51			
2.	Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2020 m. ataskaita				I – IV ketv.