

DRUSKININKŲ SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2025 METŲ VEIKLOS PLANO ĮGYVENDINIMO ATASKAITA

ĮVADAS

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras) yra Lietuvos nacionalinės sveikatos sistemos biudžetinė įstaiga, įgyvendinanti valstybės ir savivaldybės funkcijas ir išlaikoma iš valstybės ir savivaldybės biudžetų asignavimų. Biuras savo veikloje vadovaujasi 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 ir šiais nuostatais.

Pagrindinis Biuro veiklos tikslas – rūpintis savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti savivaldybės (kelių savivaldybių) 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.

APIBENDRINIMAS IR IŠVADOS:

1. Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (toliau – biuras) veiklos 2024 m. plane iškeltas siekiamas tikslas ir uždaviniai, jų įgyvendinimo priemonės, įgyvendinimo partneriai, vertinimo kriterijai ir laukiami rezultatai.
 2. Planas parengtas vadovaujantis:
 - 2.1. Atsižvelgiant į Druskininkų savivaldybės 2024–2026 metų strateginį planą;
 - 2.2. Valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) visuomenės priežiūros funkcijų vykdymo 2024 m. veiklos prioritetų vertinimo kriterijų reikšmių planu;
 - 2.3. Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymu;
 - 2.4. Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymu;
 - 2.5. Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos stebėsenos (monitoringo) įstatymu;
 - 2.6. Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymu.

Atsižvelgiant į 2024 – 2026 m. strateginio veiklos plano prioritetus, tikslus ir uždavinius, įgyvendintas 2024 m. veiklos planas. Įgyvendinant tikslus - įgyvendinti 2024 m. veiklos plane numatyti uždaviniai-darbai:

1. Plėtoti sveikatos stiprinimo priemonės, įvairovę, gerinti jų kokybę, orientuojant į gyventojų poreikius.
2. Užtikrinti kokybišką ir modernią sveikatos apsaugą.
3. Sudaryti sąlygas jaunimo emocinės, psichologinės ir fizinės sveikatos gerinimui.
4. Psichikos sveikatos stiprinimo, psichosocialinės pagalbos ir savižudybių prevencijos intervencijų plėtojimas.
5. Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo mokymų savivaldybėje organizavimas.
6. Sveikos gyvensenos įgūdžių bendruomenėse stiprinimas bei visuomenės sveikatos stebėsenos savivaldybėse vykdymas.

2025 metams visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti skirta Druskininkų savivaldybės biudžetui specialioji tikslinė dotacija – 219 900 eurų iš kurių: sveikos gyvensenos plėtojimo bei sveikos gyvensenos įgūdžių stiprinimo ugdymo įstaigose ir bendruomenėse, visuomenės sveikatos stebėsenos savivaldybėje vykdymas – 159 500 eurų, psichikos sveikatos stiprinimo, psichologinės pagalbos ir savižudybių prevencijos intervencijos funkcijoms vykdyti – 55 400 eurų. 2025 m. buvo skirta savivaldybės biudžeto lėšos įstaigos veiklai vykdyti 153 200 eurų. Biuro pajamos už teikiamas paslaugas sudarė 8702 eurų., tai lėšos gautos iš privalomųjų sveikatos mokymų (1 lentelė).

1 lentelė. Gautų lėšų iš privalomųjų sveikatos mokymų ir išduotų privalomųjų sveikatos pažymėjimų skaičiaus kitimas 2024 - 2025 m.

Veiklos pavadinimas	2024 m.	2025 m.
	Vnt.	Vnt.
Privalomieji higienos įgūdžių mokymai	824	822
Privalomieji pirmosios pagalbos mokymai	460	605
Privalomieji mokymai alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai	27	20
Bendras išduotų pažymėjimų skaičius:	1311	1447

2025 metais Biuras organizavo 779 renginius. Šiuose renginiuose dalyvavo 22749 dalyviai, iš jų: 9950 Druskininkų savivaldybės gyventojai ir 12799 ugdymo įstaigų bendruomenių

nariai.

Dauguma renginių organizuota sveikatos saugos ir stiprinimo, bendrųjų sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos bei fizinio aktyvumo skatinimo temomis. 2025 metais publikuoti 405 straipsniai ir pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete. Informaciniai pranešimai skelbiami Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.druskininkuvsb.lt, biuro paskyroje socialiniame tinkle „Facebook“ www.facebook.lt, „Mano Druskininkai“ savaitraštyje bei Druskininkų savivaldybės svetainėje www.druskininkusavivaldybe.lt. Viešinimui išleista suma per 2025 m. 3757,06 eurų.

Fizinio aktyvumo skatinimas

(229 renginiai, 10752 dalyviai)

Gyventojų sveikatos stiprinimas ir ligų prevencija yra svarbi visuomenės gerovės dalis, o reguliarus fizinis aktyvumas – vienas efektyviausių būdų palaikyti gerą fizinę ir emocinę būklę. Aktyvus gyvenimo būdas padeda mažinti lėtinių ligų atsiradimo riziką, stiprina organizmą bei gerina bendrą gyvenimo kokybę. Druskininkų savivaldybės gyventojams sudaromos galimybės įsitraukti į įvairias fizinio aktyvumo veiklas, kurios prisideda prie geresnės savijautos ir sveikatos stiprinimo.

Įgyvendinant strateginius tikslus, didelis dėmesys skiriamas visų amžiaus grupių gyventojų fizinio aktyvumo skatinimui ir sveikos gyvensenos įpročių formavimui. Nuolatinis judėjimas padeda sumažinti širdies ir kraujagyslių sistemos sutrikimų, cukrinio diabeto, nutukimo bei emocinių sutrikimų riziką. Taip pat gerinama raumenų ir kaulų sistemos būklė, didinamas fizinis pajėgumas, stiprinama psichologinė sveikata. Siekiama, kad kiekvienas gyventojas galėtų pasirinkti jam tinkamą fizinio aktyvumo formą, atsižvelgiant į individualius poreikius ir galimybes.

Pagrindinis veiklos siekis – skatinti nuolatinį judėjimą ir integruoti fizinį aktyvumą į kasdienį gyvenimą. Bendruomenėse organizuojamos veiklos, kurios padeda įgyti praktinių įgūdžių, didina motyvaciją ir sąmoningumą rūpinantis savo sveikata. Siūlomi užsiėmimai yra pritaikyti skirtingo amžiaus ir fizinio pasirengimo žmonėms, todėl kiekvienas gali rasti sau priimtina ir patrauklų aktyvumo būdą.

Igyvendinamos veiklos:

Fizinio aktyvumo užsiėmimai – vykdomos pusiausvyros ir koordinacijos lavinimo mankštos, raumenų bei sąnarių stiprinimo pratimai, pasivaikščiojimai, šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimai ir kitos aktyvios veiklos.

Konsultavimas – visuomenės sveikatos specialistai teikia individualias ir grupines konsultacijas, padedančias pasirinkti tinkamiausią fizinio aktyvumo formą pagal sveikatos būklę ir poreikius.

Aktyvaus gyvenimo būdo skatinimas – raginama daugiau judėti kasdienėje veikloje, dalyvauti bendruomenės renginiuose, rinktis aktyvų laisvalaikį gamtoje, važinėti dviračiais, dalyvauti bėgimuose ir mankštose.

Organizuojamos sveikatingumo veiklos apima užsiėmimus tiek uždaroje patalpoje, tiek lauko erdvėse. Skirtingais metų laikais vyksta mankštos, pritaikytos įvairioms amžiaus grupėms, padedančios stiprinti fizinę formą, mažinti stresą ir gerinti emocinę savijautą.

Didelio gyventojų susidomėjimo sulaukia pėsčiųjų ir šiaurietiškojo ėjimo žygiai, kurie vyksta vaizdingose miesto ir gamtos vietose. Šios veiklos suteikia galimybę aktyviai leisti laiką gryname ore, stiprinti fizinę ištvėrę ir mėgautis bendryste.

Taip pat organizuojami dviračių žygiai ir šeimų dviračių stovyklos, skatinančios aktyvų laisvalaikį ir bendrą šeimos įsitraukimą. Šios veiklos ne tik gerina fizinę sveikatą, bet ir stiprina tarpusavio ryšius bei ugdo sveikos gyvensenos įpročius nuo ankstyvo amžiaus.

Bėgimo renginiai skatina fizinę aktyvumą, ištvėrę ir bendruomeniškumą, o naktiniai pėsčiųjų žygiai suteikia galimybę patirti netradicinį judėjimą, stiprinant emocinę ir psichologinę sveikatą. Tradicinis šiaurietiškojo ėjimo žiemos sezono atidarymo renginys suburia aktyvaus gyvenimo būdo entuziastus iš įvairių Lietuvos vietovių, skatina bendravimą, patirties dalijimąsi ir motyvuoja išlikti fiziškai aktyviems visus metus.

Orientacinės varžybos suteikia galimybę derinti fizinę aktyvumą su mąstymo ir orientacijos gebėjimų lavinimu, o šeimų vasaros stovykla – tai kasmetinis renginys, skirtas stiprinti šeimų emocinę ir fizinę sveikatą per aktyvias ir edukacines veiklas.

Visos šios iniciatyvos prisideda prie Druskininkų savivaldybės gyventojų sveikatos gerinimo ir

aktyvios, sveikatai palankios gyvenamos puoselėjimo, sudarydamos galimybes kiekvienam judėti daugiau ir jaustis geriau.

Stiprinant Druskininkų savivaldybės gyventojų psichinę sveikatą ir vykdant prevenciją

(93 renginiai, 2908 dalyviai)

Psichikos sveikata yra svarbi mūsų kasdieniam gyvenimui, tarpusavio santykiams, darbui ir gebėjimui susidoroti su stresu. Druskininkų savivaldybėje vykdomos įvairios iniciatyvos, skirtos psichikos sveikatos stiprinimui, suteikiant gyventojams galimybę gauti emocinę paramą, stiprinti psichologinį atsparumą ir ugdyti geresnius socialinius įgūdžius.

Mūsų veiklos tikslas – užtikrinti, kad psichikos sveikata būtų stiprinama įvairiais būdais, apimančiais tiek individualią, tiek grupinę pagalbą, mokymus bei bendruomenines iniciatyvas.

- Psichologo konsultacijos – Druskininkų savivaldybėje teikiamos nemokamos individualios ir grupinės psichologo konsultacijos asmenims nuo 14 metų amžiaus. Jos padeda gerinti emocinę būklę, įveikti gyvenimo sunkumus ir stiprinti psichologinį atsparumą. 2025 m. konsultacijomis pasinaudojo įvairaus amžiaus ir socialinių grupių gyventojai.
- Metimo rūkyti konsultacijos. 2025 metais 2 žmonės turėjo po 8 konsultacijas ir tai jiems padėjo mesti šį žalingą įprotį.
- Priklausomybių konsultanto paslaugos – šios paslaugos teikiamos asmenims ir jų artimiesiems, susiduriantiems su priklausomybėmis. Priklausomybių konsultacijos gali būti inicijuojamos pačių asmenų arba vykdomos bendradarbiaujant su socialinių paslaugų centrais ir kitomis institucijomis.
- Mokymai švietimo įstaigų darbuotojams – siekiant didinti pedagogų ir kitų ugdymo įstaigų darbuotojų žinias apie streso valdymą, perdegimą, vaikų ir paauglių psichikos sveikatą organizuojami mokymai, kuriuose specialistai padeda suprasti emocinius sunkumus, efektyviai spręsti krizinės situacijas ir suteikti tinkamą pagalbą.
- Savižudybių prevencijos mokymai – organizuojami mokymai, skirti atpažinti savižudybės rizikos ženklus, suteikti pirmąją emocinę pagalbą ir padėti žmonėms krizės metu. Dalyviai mokomi efektyviai reaguoti, palaikyti emocinį kontaktą ir nukreipti žmones į tinkamas pagalbos institucijas.
- Įstaigų kovos – tai kiekvieną mėnesį vykusi draugiška varžybos tarp Druskininkų įstaigų, padedančios išeiti iš kasdienybės, stiprinančios bendrystę ir psichinę sveikatą.

Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos tema

(95 renginiai 1857 dalyviai)

Kaip ir kiekvienais metais Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras tęsia traumų ir nelaimingų atsitikimų prevenciją – viena pagrindinių sveikatos problemų, kuri gali turėti ilgalaikių pasekmių žmogaus gyvenimo kokybei. Dėl nelaimingų atsitikimų kasmet vis dar nukenčia tūkstančiai žmonių, todėl svarbu stiprinti visuomenės sąmoningumą ir pasiruošimą tinkamai reaguoti į ekstremalias situacijas.

Pirmosios pagalbos mokymai – gyvybiškai svarbūs įgūdžiai kiekvienam. Vienas iš veiksmingiausių būdų sumažinti traumų pasekmes yra laiku suteikta pirmoji pagalba. 2025 m. surengti 20 pirmosios pagalbos užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 452 asmenys iš įvairių įstaigų ir įmonių. Mokymų tikslas – suteikti žinių ir praktinių įgūdžių, kurie gali išgelbėti gyvybę nelaimės atveju.

Mokymų metu dalyviai buvo mokomi:

- Gaivinimo technikos (CPR) – kaip suteikti pagalbą užspringusiam, sąmonės netekusiam ar kvėpuoti nustojusiam žmogui.
- Kraujavimo stabdymo metodų – kaip teisingai naudoti spaudžiamuosius tvarsčius ir stabdyti stiprų kraujavimą.
- Sužalojimų priežiūros – kaip suteikti pirmąją pagalbą lūžimų, nudegimų ar kitų traumų atvejais.
- Automatinio išorinio defibriliatoriaus (AED) naudojimo – kaip tinkamai naudoti šį prietaisą staigios širdies sustojimo atveju.
- Buvo bendradarbiaujama su užimtumo didinimo programos atvejo komanda ir teikiamos asmens higienos paskaitos (5 paskaitos 28 dalyviai).

Kiekvienų mokymų metu vyko praktinės užduotys, kurios suteikia dalyviams galimybę įgyti realių įgūdžių ir pasiruošti galimoms ekstremalioms situacijoms. Šios iniciatyvos padeda Druskininkų savivaldybės gyventojams stiprinti saugumo jausmą, mažinti nelaimingų atsitikimų pasekmes ir gerinti visuomenės pasiruošimą ekstremalioms situacijoms.

Taip pat, Druskininkuose vyko Dzūkijos regiono mokyklų pirmosios pagalbos varžybos, kurias organizavome kartu su Lietuvos paramedikų asociacija ir VšĮ Pirmosios medicinos pagalbos mokymo centras „IRTA“. 2025 m. dalyvavo net 24 komandos.

Sveikatos saugos ir stiprinimo temos

(51 renginys, 1045 dalyviai)

Sveikatos sauga ir stiprinimas – svarbiausias mūsų prioritetas. Sveikatos stiprinimas ir ligų prevencija yra neatsiejama visuomenės gerovės dalis. Siekiame suteikti žmonėms žinių ir praktinių įgūdžių, padedančių išlaikyti gerą sveikatą, laiku atpažinti ligų rizikos veiksnius ir imtis prevencinių priemonių. Organizuojame įvairius renginius, konsultacijas ir praktinius užsiėmimus, kad kiekvienas galėtų rasti jam aktualią informaciją ir priemones savo sveikatos stiprinimui. Jų metu lankytojai turi galimybę nemokamai pasitikrinti sveikatą, įgyti svarbių žinių ir dalyvauti įvairiose veiklose, skatinančiose sveiką gyvenseną. Siekiant pasiekti kuo daugiau žmonių ir suteikti jiems naudingą informaciją, visuomenės sveikatos specialistai reguliariai lankosi Druskininkų savivaldybės įstaigose, bendruomenėse ir organizuoja „Sveikatos stoteles“.

Ligų prevencija – svarbiausia sveikatos išsaugojimo priemonė Bendradarbiaujant su Vilniaus teritorine ligonių kasa, organizavome ligų prevencijos programų pristatymus gyventojams. Jų metu dalyviai buvo supažindinti su valstybės finansuojamomis profilaktinėmis programomis, kuriomis gali pasinaudoti:

- Krūties vėžio ankstyvosios diagnostikos programa – skirta moterims nuo 45 iki 74 metų.
- Gimdos kaklelio vėžio prevencijos programa – skirta moterims nuo 25 iki 59 metų.
- Storosios žarnos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa – skirta vyrams ir moterims nuo 50 iki 74 metų.
- Širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos programa – skirta vyrams ir moterims nuo 40 iki 60 metų.
- Prostatos vėžio prevencija nuo 50 iki 69 metų ir vyrams nuo 45 metų, jei jų tėvai ar broliai sirgo priešinės liaukos vėžiu..

Informacijos sklaida apie šias programas yra labai svarbi, nes daugelis gyventojų vis dar nežino, kad gali nemokamai atlikti tyrimus ir sumažinti rimtų ligų riziką.

Sveikos mitybos ir nutukimo prevencijai

(89 renginiai, 1819 dalyvių)

Sveikatai palanki mityba yra svarbi sveikos gyvensenos dalis, todėl šia tema buvo organizuoti teoriniai ir praktiniai užsiėmimai ikimokyklinio bei mokyklinio ugdymo įstaigose, taip pat bendruomenėje. Šių veiklų metu dalyviai susipažino su sveikos mitybos principais ir turėjo galimybę juos pritaikyti praktiškai. Tokie užsiėmimai padeda formuoti sąmoningą požiūrį į mitybą ir skatina sveikesnius kasdienius pasirinkimus. Subalansuota mityba teigiamai veikia tiek fizinę, tiek emocinę savijautą, prisideda prie ligų prevencijos, aktyvaus gyvenimo būdo puoselėjimo ir bendros gyvenimo kokybės gerinimo.

Druskininkų savivaldybėje 2025 m. „Rakto skylutės“ simboliu buvo notifikuoti dar 2 maisto produktai. Šis simbolis – tai tarptautinis ženklimas, sukurtas padėti vartotojams lengviau atpažinti sveikatai palankesnius produktus prekybos vietose. Produktai, pažymėti „Rakto skylutės“

ženklais, atitinka griežtus mitybos kriterijus: juose mažiau cukraus, druskos, sočiųjų ir transriebalų, nėra dirbtinių saldiklių, o grūdų produktuose išsaugota daugiau maistinių skaidulų.

Šis ženklimas ypač svarbus Lietuvoje, kur gyventojų mitybos tyrimai rodo, kad kasdien suvartojama per daug sočiųjų riebalų, rafinuotų angliavandenių ir druskos, tačiau per mažai daržovių ir viso grūdo produktų. Toks mitybos disbalansas prisideda prie lėtinių ligų, tokių kaip širdies ir kraujagyslių ligos, nutukimas, 2-ojo tipo cukrinis diabetas ir tam tikros vėžio formos, vystymosi. Skatinant rinktis sveikatai palankesnius produktus, ženklimas „Rakto skylutė“ gali padėti formuoti sveikesnius mitybos įpročius ir mažinti su nesubalansuota mityba susijusių ligų riziką.

Druskininkų visuomenės sveikatos biuras vykdė sveikos mitybos paskaitas ir praktinius užsiėmimus, skirtus įvairioms tikslinėms grupėms. Veiklų metu dalyviams buvo pristatyti sveikos ir subalansuotos mitybos principai, aptarta maistinių medžiagų reikšmė organizmui, porcijų dydžiai bei kasdienių mitybos įpročių svarba. Praktinių užsiėmimų metu dalyviai turėjo galimybę praktiškai susipažinti su sveikesnių maisto produktų pasirinkimu, mokėsi skaityti maisto produktų etiketes, planuoti dienos racioną bei taikyti sveikos mitybos rekomendacijas kasdienėje veikloje. Šios veiklos prisidėjo prie sveikos gyvensenos ugdymo, ligų prevencijos ir ilgalaikės gyventojų gyvenimo kokybės gerinimo.

Kraujotakos sistemos ligų profilaktikai

(22 renginiai, 707 dalyviai)

Širdies ir kraujagyslių ligos (ŠKL) Lietuvoje vis dar išlieka pagrindine mirties priežastimi. Vienas svarbiausių šių ligų rizikos veiksnių yra nesveika gyvensena: nepakankamas fizinis aktyvumas, netinkama mityba, stresas ir žalingi įpročiai.

Siekdami mažinti šių ligų paplitimą, įgyvendiname sveikatos stiprinimo programą, skirtą širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai. Programa vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. balandžio 8 d. įsakymu Nr. V-776 ir yra skirta didesnės rizikos asmenims, siekiant suteikti jiems praktinių žinių apie sveiką gyvenseną bei padėti įgyvendinti pokyčius kasdieniame gyvenime.

Bendradarbiaujant su Druskininkų pirminės sveikatos priežiūros centru, įgyvendinome širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupės sveikatos stiprinimo programą, kurią sudarė 7 nemokami užsiėmimai. Šie užsiėmimai apima:

- Paskaitas ir praktinius mokymus apie širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksnius bei sveikos gyvensenos svarbą.
- Mitybos rekomendacijas – kaip pasirinkti sveikatai palankų maistą, mažinti druskos, cukraus bei sočiųjų riebalų kiekį kasdienėje mityboje.
- Fizinis užsiėmimas – mankštas, kurios pritaikytos širdies veiklai stiprinti.
- Streso valdymo metodus – relaksacines technikas, padedančias sumažinti įtampą ir nerimą.
- Kūno sudėties analizę ir sveikatos rodiklių stebėjimą, leidžiančius dalyviams sekti savo progresą ir geriau suprasti kūno pokyčius.

MOKINIŲ SVEIKATOS PRIEŽIŪRA

Ugdymo įstaigose nuosekliai stiprinama mokinių psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencija ir psichikos sveikata, siekiant kurti saugią, palaikančią ir mokinių gerovei palankią ugdymo aplinką. Prevencinės veiklos orientuotos į ankstyvą informavimą ir švietimą apie psichoaktyviųjų medžiagų poveikį sveikatai, galimas rizikas bei ilgalaikes pasekmes. Didelis dėmesys skiriamas interaktyviems mokymams ir praktinėms veikloms, kurios ugdo mokinių gebėjimą kritiškai vertinti socialinius iššūkius, stiprina atsparumą neigiamai bendraamžių įtakai ir padeda formuoti sąmoningus pasirinkimus.

Lygiagrečiai aktyviai vykdomos psichikos sveikatos stiprinimo iniciatyvos, apimančios emocinės

gerovės ugdymą, psichologinės pagalbos prieinamumo didinimą bei įgūdžių, reikalingų kasdieniams iššūkiams įveikti, stiprinimą. Mokiniai skatinami ugdyti emocijų raštingumą, savivertę, streso valdymo ir konstruktyvaus konfliktų sprendimo gebėjimus. Šios veiklos padeda formuoti pozityvų santykį su savimi ir aplinka bei prisideda prie sveikos ir atsakingos asmenybės raidos.

Vaikų sveikatai žalingos elgsenos prevencija taip pat apima tradicinių rizikos veiksnių – rūkymo, alkoholio ir narkotinių medžiagų vartojimo – mažinimą. Minint Tarptautinę nerūkymo dieną, buvo organizuotas žalingų įpročių prevencijos konkursas „Ką renkiesi Tu – žengti į pavojų ar į sveiką rytojų?“, subūręs mokinių ir mokytojų komandas iš Alytaus apskrities ugdymo įstaigų (Druskininkų ir Lazdijų).

Ugdymo įstaigose nuolat tęsiamos burnos sveikatos stiprinimo veiklos – vyksta dantų ėduonies profilaktikos pamokos ir praktiniai užsiėmimai, o bendradarbiaujant su pedagogais kasmet organizuojamas tradicinis renginys „Dantuko gimtadienis“, kuris žaisminga forma skatina vaikų domėjimąsi burnos higiena ir sveikais įpročiais.

Svarbi ugdymo įstaigų veiklos dalis – pirmosios pagalbos mokymai, užtikrinantys mokinių ir darbuotojų pasirengimą operatyviai ir tinkamai reaguoti nelaimingų atsitikimų, traumų ar staigių sveikatos sutrikimų atvejais. Mokymų metu ugdomi praktiniai įgūdžiai, galintys padėti išsaugoti gyvybę, sumažinti sužalojimų pasekmes ir sustiprinti bendruomenės saugumo jausmą.

MOKINIŲ SVEIKATOS PAŽYMĖJIMAI

Mokinio sveikatos pažymėjimą sudaro dvi atskiros dalys: I dalis „Sveikatos būklės įvertinimas“ ir II dalis „Dantų ir žandikaulių būklės įvertinimas“. Šios dalys leidžia visapusiškai įvertinti vaiko ar paauglio sveikatą, nustatyti galimus sveikatos sutrikimus bei pateikti rekomendacijas ugdymo įstaigoms dėl fizinio krūvio, mitybos ar kitų svarbių aspektų.

Druskininkai savivaldybėje nuo 0–17 metų amžiaus vaikų I dalį „Sveikatos būklės įvertinimas“ yra pasitikrinę 85,8 proc., o II dalį „Dantų ir žandikaulių būklės įvertinimas“ – 82,9 proc. vaikų. Šie duomenys rodo, kad didžioji dalis vaikų reguliariai tikrinasi sveikatą, tačiau burnos sveikatos patikrinimų apimtis išlieka šiek tiek mažesnė. Nuoseklus abiejų pažymėjimo dalių pildymas yra svarbus siekiant užtikrinti visapusišką vaikų sveikatos priežiūrą ir savalaikę profilaktiką.

VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO ĮVYKDYTI- TĖSTINIAI PROJEKTAI

1. „Kaimo gyventojų aktyvumo, bendradarbiavimo ir bendruomenių gebėjimų stiprinimas”

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras 2025 metais pradėjo įgyvendinti projektą, „Kaimo gyventojų aktyvumo, bendradarbiavimo ir bendruomenių gebėjimų stiprinimas” kurią bendrai finansuoja Europos sąjunga ir Druskininkų savivaldybė. Projektui įgyvendinti skirta 21104,16 Eur.

2025 metais buvo suorganizuotos dvi dvių dienų stovyklos Leipalingio ir Viečiūnų bendruomenėms, skatinančios fizinį aktyvumą, sveiką gyvenimo būdą, stiprinančios psichinę ir emocinę sveikatą. Jose dalyvavo 30 asmenų.

2026 metais planuojamos 8 meninės ir tvarumą skatinančios edukacijos-dirbtuvės, skirtos sukurti kalėdinį rankdarbį, išmokti fotografavimo ir nuotraukų apdorojimo meno, skatinti perdirbimą sukuriant naują produktą iš seno, puoselėti tradicijas pinant šiaudinius sodus.

Per abi bendruomenes bus suorganizuotos 44 fizinio aktyvumo reguliarios veiklos: joga, aerobika, šokių pamokos ir šiaurietiškojo ėjimo žygiai. Juose dalyvaus ne mažiau kaip 220 žmonių.

Projekto įgyvendinimo laikotarpis: 2025-2027 metai.

2. Projektas „Prevenција tavo rankose“

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras įgyvendino projektą „Prevenција tavo rankose”. Projektas buvo įgyvendintas 2025 m. balandžio – gruodžio mėn. laikotarpiu.

Projekto tikslas: sumažinti riziką susirgti širdies ir kraujagyslių ligomis per sveiko gyvenimo būdo skatinimą, tinkamą mitybą, fizinį aktyvumą, streso valdymą, žalingų įpročių atsisakymą.

Visose Druskininkų savivaldybės bendruomenėse bus organizuojamos „Sveikatos stotelės“. Viečiūnų, Leipalingio, Bilso, Jaskonių Naujasodės, Jovaišių, Grūto, Neravų, Ricielių, Stračiūnų, Švendubrės kaimo bendruomenių projekto dalyviai galės išsitiirti gliukozės, cholesterolio kiekį kraujyje, pasimatuoti arterinį kraujo spaudimą, sužinoti kūno masės indeksą bei kūno sudėtį (kokią kūno dalį sudaro riebalai, raumenys ir vanduo) ir teikė rekomendacijas sveikatos išsaugojimo klausimais. Gyventojai galėjo ne tik patikrinti sveikatą, bet ir išmokti, patobulinti pirmosios pagalbos įgūdžius. Taip pat projekto dalyvių laukė teoriniai – praktiniai mitybos užsiėmimai, kuriuos vedė VšĮ „Laimės namai“, taip pat vyko streso valdymo teoriniai – praktiniai užsiėmimai. Kiekvienoje Druskininkų sav. kaimo bendruomenėje, visuomenės sveikatos biuro specialistai

suorganizavo po 1 „Sveikatos stotelę“. Projekto vertė: 4710 Eur.

3. Pradėtas įgyvendinti projektas „Visuomenės sveikatos stiprinimo priemonių įgyvendinimas Druskininkų savivaldybėje“

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras pradėjo įgyvendinti projektą „Visuomenės sveikatos stiprinimo priemonių įgyvendinimas Druskininkų savivaldybėje“ Nr. 21-519-P-0001 2025 m. gegužės 15 dieną Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras ir Centrinė projektų valdymo agentūra pasirašė sutartį dėl projekto „Visuomenės sveikatos stiprinimo priemonių įgyvendinimas Druskininkų savivaldybėje“ įgyvendinimo.

Projekto metu bus pagerinta Druskininkų savivaldybės gyventojų sveikata, suteikta gyventojams daugiau kokybiškų ir lengviau prieinamų sveikatą stiprinančių paslaugų, padidintas gyventojų, ypač tam tikrų tikslinių grupių (vaikai, vyresnio amžiaus asmenys, rizikos sveikatai veiksniais patiriantys asmenys ir pan.), fizinis aktyvumas, suteikta paslaugų, skirtų vaikų ir jaunimo švietimui apie psichoaktyviųjų medžiagų poveikį sveikatai.

2025 metais jau įgyvendintos trys vaikų stovyklos, viena senjorų stovykla ir vieni lyderių mokymai. Projektą bendrai finansuoja Europos Sąjunga.

Bendra projekto tinkamų finansuoti išlaidų suma – 347 100 Eur, iš jų 295 035 Eur ES fondų lėšos, 52 065 Eur nuosavos lėšos.

Projektą numatoma įgyvendinti iki 2028 m. gruodžio 31 d.

4. Projektas „Visos dienos mokyklos paslaugų plėtra ir prieinamumo didinimas Druskininkų savivaldybėje“

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras tapo partneriais projekte „Visos dienos mokyklos paslaugų plėtra ir prieinamumo didinimas Druskininkų savivaldybėje“ įgyvendinamas pagal 2021–2030 m. Plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos švietimo plėtros programos pažangos priemonės Nr. 12-003-03-02-01 „Įgyvendinti įtraukijį švietimą“. Projektas finansuojamas Europos socialinis fondas +.

Druskininkų savivaldybės administracija yra projekto vykdytojas ir įgyvendina numatytas veiklas.

FINANSAVIMO INFORMACIJA:

Projekto vertė – 3 003 070,23 Eur.

Finansavimo suma – 2 943 008,83 Eur.

Projekto trukmė – 2025 m. birželio 25 d. – 2028 m. birželio 30 d.

5. Projektas „Stiprūs kartu“

Druskininkų sav. visuomenės sveikatos biuras drauge su partneriais pradėjo įgyvendinti projektą „Stiprūs kartu“. Projekto Nr. 11-387-K-0005. Jis skirtas stiprinti socialinę įtrauktį bendruomenėje. Čia ypatingas dėmesys bus skiriamas senjorams, žmonėms su negalia, šeimoms, susiduriančioms su sunkumais, ir kitiems bendruomenės nariams. Šis projektas suteiks erdvę augti, stiprėti ir jausti bendrystę per įvairias veiklas.

Projekto tikslas: stiprinti socialinę atskirtį patiriančių gyventojų socialinius ryšius bendruomenėje per emocinės - psichinės, fizinės, švietimo, sveikatinimo veiklas.

Projekto veiklos:

- Šokių, piklbolo, petankės ir pasagos užsiėmimai, kurie įtrauks į aktyvų laisvalaikį;
- Meniniai terapiniai užsiėmimai ir STEAM edukacijos – kūnui, protui ir sielai;
- Šiaurietiškas ėjimas, rytmečio mankštos ir išvykos, kurios stiprins sveikatą bei bendrystę;
- Įkvepiantys video filmukai ir informaciniai pranešimai, pasakojantys žmonių istorijas.

Projekto įgyvendinimo laikotarpis: 2025-2027 metai.

Projekto vertė – 38 749,84 Eur Iš jų: ES parama – 30 961,12 Eur, Druskininkų savivaldybės prisidėjimas – 7 788,72 Eur.

6. Projekto pavadinimas : „Pirmoji pagalba kitaip“

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras pradėjo įgyvendinti projektą „Pirmoji pagalba kitaip“ finansuojamas Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis.

2025 m. Druskininkų savivaldybėje metams laiko (12 mėn.) įdiegta 4 HELP VR inovatyvi programa, kurios metu Druskininkų savivaldybės gyventojai: mokiniai, įmonių darbuotojai, savanoriškai besimokinantys gyventojai ar žmonės norintys išsilaikyti pirmosios pagalbos pažymėjimą yra mokomi pirmosios pagalbos pagrindų, panaudojant virtualios realybės akinius.

Projekto vertė: 12000 Eur.

**7. Projektas „Švietimo pagalbos ir koordinuotai teikiamų paslaugų užtikrinimas
Druskininkų savivaldybėje”**

2025 metais Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras tapo partneriais projekte “Švietimo pagalbos ir koordinuotai teikiamų paslaugų užtikrinimas Druskininkų savivaldybėje”. Įgyvendinant projektą bus gerinama teikiamų paslaugų kokybė, diegiamos inovatyvios, iki šiol neteiktos pagalbos formos, orientuotos į ankstyvą vaikų poreikių atpažinimą ir savalaikį įsikišimą. Didesnis dėmesys bus skiriamas šeimų ir specialistų informuotumo stiprinimui, siekiant užtikrinti nuoseklų, individualius vaiko poreikius atliepiantį pagalbos planą ir tvarią paramą vaiko ugdymo bei raidos kelyje. **Bendra projekto vertė** - 490 067,44 Eur, iš kurių 374 485,03 Eur – Europos Sąjungos fondų lėšos, 66 085,60 Eur – bendrojo finansavimo lėšos, 49 496,81 Eur – Savivaldybės biudžeto lėšos.

BENDRADARBIAVIMAS

Visuomenės sveikatos priežiūros paslaugos yra įvairių įstaigų ir organizacijų veiklos dalis, todėl siekiama plėtoti sveikos gyvensenos ir fizinio aktyvumo mokymo bei ugdymo veiklų bendradarbiavimą. Visuomenės sveikatos biuras bendradarbiauja su Nacionaliniu visuomenės sveikatos centru, Druskininkų pirminės sveikatos priežiūros centru, Druskininkų miesto savivaldybės administracijos Švietimo ir asmens visuomenės sveikatos skyriumi, Druskininkų ugdymo įstaigomis, Druskininkų savivaldybės bendruomenėmis, VšĮ Druskininkų socialinių paslaugų centru, Alytaus apskrities vyriausioju policijos komisariatu, Kauno apygardos probacijos tarnyba, VšĮ Druskininkų sporto centru, Druskininkų turizmo ir verslo informacijos centru, Druskininkų kultūros centru, Druskininkų miesto biblioteka, Druskininkų miesto muziejumi, Druskininkų ligonine, Druskininkų savivaldybės seniūnijomis, Lietuvos pensininkų sąjungos „Bočiai“ Druskininkų miesto bendrija ir Druskininkų jaunimo užimtumo centru

PRIDEDAMA. 2025 metų metinio veiklos plano uždavinių, priemonių, priemonių išlaidų ir produkto kriterijų įgyvendinimo ataskaitos forma.

Direktorė

(parašas)

Inga Kostina

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro
2025 metų veiklos plano 1 priedas

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro
2025 METŲ METINIO VEIKLOS PLANO UŽDAVINIŲ, PRIEMONIŲ, PRIEMONIŲ IŠLAIDŲ IR PRODUKTO KRITERIJŲ
ĮGYVENDINIMO ATASKAITA

Uždavinio kodas	Priemonės kodas	Veiklos kodas	Pavadinimas	Priemonės požymis*	Priemonės vykdytojas (padalinys)	Finansavimo šaltinis	n-ųjų metų asignavimų planas **	Priemonės/Veiklos rezultato produkto kriterijus			
								Kriterijaus pavadinimas, matavimo vnt.	planas	įvykdymas	
									2025-ieji metai	2025-ieji metai	
Savivaldybės strateginio plėtros plano strateginis tikslas 1.1. Užtikrinti kokybišką ir modernią sveikatos apsaugą _____											
01 Sveikatos apsaugos programa											
01	Uždavinys: Plėtoti sveikatos stiprinimo priemones, įvairovę, gerinti jų kokybę, orientuojant į gyventojų poreikius										
01	01		Priemonė. Druskininkų sav. visuomenės sveikatos biuro veiklos vykdymas	T	VSB	VB	102,6	Paskelbtų konkursų, įgyvendinti visuomenės sveikatos projektus, skaičius, vnt.	3	5	
	01		Veiklos pavadinimas. Teikiamos projekto paraiškos visuomenės sveikatos stiprinimo srityje					Projekto renginių skaičius, vnt.	40	41	
								Dalyvių skaičius, vnt.	1000	1080	
								Iš viso:	317,4		
	01	02		Priemonė. Psichikos sveikatos stiprinimo, psichosocialinės pagalbos ir savižudybių prevencijos intervencijų plėtojimas	T	VSB	VB	55,6	Mokyklų, kuriose teikta mokinių sveikatos priežiūra, skaičius, vnt.	7	7
01			Veiklos pavadinimas. Teikiamos psichologo konsultacijos					Suteiktų konsultacijų skaičius, vnt.	550	821	
								Individualios konsultacijos,	100	145	

							unikalus vnt.		
							Grupinės konsultacijos, vnt.	20	33
	02	Veiklos pavadinimas. Priklausomybių konsultanto paslaugos					Suteiktų konsultacijų skaičius, vnt.	160	119
							Individualios konsultacijos, unikalūs vnt.	35	25
	03	Veiklos pavadinimas. Savizudybių prevencijos mokymai įstaigų darbuotojams					Dalyvių skaičius, vnt.	30	30
	04	Veiklos pavadinimas. Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo mokymų savivaldybėje organizavimas					Dalyvių skaičius, vnt.	12	12
							Užsiėmimų skaičius.	9	9
	03	Priemonė. Sveikos gyvensenos įgūdžių bendruomenėse stiprinimas bei visuomenės sveikatos stebėsenos savivaldybėse vykdymas	T	VSB	VB	159,2	Vykdytas visuomenės sveikatos stiprinimas ir stebėseną Druskininkų savivaldybėje, vnt.	2	2
	01	Veiklos pavadinimas. Fizinio aktyvumo skatinimas (mankštos)					Renginių skaičius, vnt.	80	120
							Dalyvių skaičius, vnt.	1600	2400
	02	Veiklos pavadinimas. Sveika mityba ir nutukimo prevencija					Renginių skaičius, vnt.	8	8
							Dalyvių skaičius, vnt.	160	160
	03	Veiklos pavadinimas. Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija					Renginių skaičius, vnt.	20	92
							Dalyvių skaičius, vnt.	300	1690
	04	Veiklos pavadinimas. Širdies ir kraujagyslių ligų prevencinė programa					Grupinių užsiėmimų skaičius, vnt.	10	6
							Baigusių programa skaičius, vnt.	40	15
	05	Veiklos pavadinimas. Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija					Dalyvių skaičius, vnt.	100	137
							Renginių skaičius, vnt.	5	6
	06	Veiklos pavadinimas. „Sveikatos stotelės“ bendruomenėse					Dalyvių skaičius, vnt.	200	250
							Renginių skaičius, vnt.	10	10
	07	Veiklos pavadinimas. Šiaurietiškojo ėjimo žygiai					Dalyvių skaičius, vnt.	160	172
							Renginių skaičius, vnt.	8	8

	08	Veiklos pavadinimas. Pirmosios pagalbos mokymai					Dalyvių skaičius, vnt.	200	210	
							Renginių skaičius, vnt.	10	14	
	09	Veiklos pavadinimas. Prevencinių programų pristatymas						Pristatymų skaičius, vnt.	10	5
	10	Veiklos pavadinimas. Projektas: Druskininkų kaimo bendruomenių bendrumo ir aktyvumo stiprinimas						Veiklų skaičius, vnt.	2	2
								Dalyvių skaičius, vnt.	30	30
	11	Veiklos pavadinimas. Burnos higienos užsiėmimai						Užsiėmimų skaičius, vnt.	20	42
								Dalyvių skaičius, vnt.	600	670
	12	Veiklos pavadinimas. Užkrečiamųjų ligų prevencijos skatinimas ir supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas						Užsiėmimų skaičius, vnt.	5	46
								Dalyvių skaičius, vnt.	200	697
	13	Veiklos pavadinimas. Įstaigų kovos						Komandų skaičius, vnt.	10	10
								Dalyvių skaičius, vnt.	600	600
								Renginių skaičius, vnt.	12	12
							Iš viso:	317,4		
							Iš viso uždaviniui:	0,0		
							Iš viso programai:	317,4		

* N - nauja priemonė, T - Tęstinė priemonė, I - investicijų projektas.

** Asignavimų plane nurodomos lėšos priemonių įgyvendinimui.