

TURINYS

1. BENDRA INFORMACIJA.....	2
2. BIURO STRUKTŪRA IR ŽMOGIŠKŲJŲ IŠTEKLIŲ VALDYMAS.....	2
3. BIURO FINANSAVIMAS IR TURTAS.....	3
4. DOKUMENTŲ VALDYMAS.....	6
5. VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMAS.....	7
5.1. PROJEK TINĖ VEIKLA	8
6. PSICHIKOS SVEIKATOS STIPRINIMAS.....	10
7. VAIKŲ IR JAUNIMO SVEIKATOS PRIEŽIŪRA.....	10
8. VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENA.....	12
9. PRIVALOMASIS SVEIKATOS ŽINIŲ IR ĮGŪDŽIŲ MOKYMAS.....	12
10. BIURO VEIKLOS VIEŠINIMAS.....	13
11. KVALIFIKACIJOS TOBULINIMO ORGANIZAVIMAS.....	13
12. VADOVO INDĖLIS Į ĮSTAIGOS VEIKLĄ	13
13. ĮSTAIGOS PROBLEMOS IR JŲ SPRENDIMAS.....	14
14. VEIKLOS TOBULINIMO PERSPEKTYVOS.....	14

PLUNGĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2023 METŲ VEIKLOS ATASKAITA

1. BENDRA INFORMACIJA

Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras) – Plungės rajono savivaldybės tarybos 2009 m. birželio 25 d. sprendimu Nr. T1-175 „Dėl biudžetinės įstaigos Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro įsteigimo“ įsteigta biudžetinė įstaiga, įregistruota juridinių asmenų registre.

Įmonės kodas 302415311, adresas J. Tumo – Vaižganto g. 93-2, Plungė, 90143, el. p. vsbiuras@plungesvsb.lt, interneto svetainė www.plungesvsb.lt, Facebook paskyra [https://www.facebook.com/Plungės visuomenės sveikatos biuras](https://www.facebook.com/Plungės%20visuomenės%20sveikatos%20biuras), tel. nr. 8 448 52034.

Pagrindinis Biuro veiklos tikslas – rūpintis savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti visuomenės sveikatos priežiūrą savivaldybės teritorijoje, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, gerinti gyvenimo kokybę, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas. Pagrindinės Biuro veiklos: sveikos gyvensenos įgūdžių stiprinimas bendruomenėse; visuomenės sveikatos stebėseną savivaldybėje; sveikos gyvensenos plėtojimas ir mokinių sveikatos įgūdžių stiprinimas ugdymo įstaigose; visuomenės psichikos sveikatos paslaugų prieinamumo bei ankstyvojo savižudybių atpažinimo ir kompleksinės pagalbos teikimo sistemos plėtojimas; pagal kompetenciją užkrečiamųjų ligų profilaktika, neinfekcinių ligų ir traumų profilaktika ir kontrolė savivaldybėje; jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų įgyvendinimas; visuomenės sveikatos programų įgyvendinimas savivaldybėje: tikslinių Savivaldybės visuomenės sveikatos stiprinimo ir profilaktikos programų rengimas pagal savivaldybėje nustatytą sveikatos sutrikimų ar sveikatai įtaką darančių veiksnių paplitimą; valstybinių visuomenės sveikatos stiprinimo ir profilaktikos programų pritaikymas ir įgyvendinimas; bendradarbiavimas su socialiniais partneriais (visuomenės sveikatinimo priemonių integravimas į kitas veiklos sritis); bendruomenės dalyvavimo skatinimas ir įtraukimas į visuomenės sveikatos stiprinimo veiklą; privalomųjų mokymų paslaugos; kita Lietuvos Respublikos įstatymais neuždrausta veikla.

Biuras vykdo sveikatos mokymus, skleidžia informaciją ir propaguoja sveiką gyvenseną, skatina įvairių gyventojų grupių atsakomybę už savo sveikatą, formuoja nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažinimą bei kitas teisės aktuose numatytas priemones, susijusias su sveikatos stiprinimu, teikia informaciją gyventojams apie sveikatinimo priemones ir renginius.

Plungės rajono savivaldybėje visuomenės sveikatos priežiūra įgyvendinama vadovaujantis 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 Biuro nuostatais. Biuro veikla yra neterminuota.

2. BIURO STRUKTŪRA IR ŽMOGIŠKŲJŲ IŠTEKLIŲ VALDYMAS

Biuro etatų normatyvai patvirtinti Plungės rajono savivaldybės tarybos 2023 m. vasario 23 d. sprendimu Nr. T1-51 „Dėl Plungės rajono savivaldybės biudžetinių įstaigų didžiausio leistino pareigybių (be pareigybių, finansuojamų iš ugdymo reikmėms finansuoti lėšų) skaičiaus patvirtinimo“, didžiausias leistinas darbuotojų pareigybių (etatų) skaičius – 23,03. Vadovaujantis Plungės rajono savivaldybės tarybos 2023 m. rugsėjo 28 d. sprendimu Nr. T1-235 „Dėl Plungės rajono savivaldybės biudžetinių įstaigų didžiausio leistino pareigybių (be pareigybių, finansuojamų iš ugdymo reikmėms finansuoti lėšų)

skaičiaus patvirtinimo“ ir jį keitusių sprendimų pakeitimo“ Biurui didžiausias leistinas darbuotojų pareigybių (etatų) skaičius – 23,23.

2023 m. gruodžio 31 d. Biure buvo užimta 22,5 etato (žr. 1 lentelę). Biure dirba 2 darbuotojai turintys aukštesnįjį išsilavinimą, kiti – aukštąjį išsilavinimą (14 bakalauro, 10 magistro).

1 lentelė. Biuro organizacinė struktūra 2023 m.

Pareigų pavadinimas	Patvirtintų etatų skaičius	Užimtų etatų skaičius
Direktorius	1,0	1,0
Visuomenės sveikatos specialistas vykdomasis vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistas.	1,0	1,0
Visuomenės sveikatos stebėsenos specialistas vykdomasis visuomenės sveikatos stebėseną.	1,0	1,0
Visuomenės sveikatos specialistas vykdomasis visuomenės sveikatos stiprinimą.	2,1	1,9
Visuomenės sveikatos specialistas, vykdomasis sveikatos priežiūrą mokykloje.	13,63	13,60
Visuomenės sveikatos specialistas vykdomasis visuomenės sveikatos stiprinimą.	1,0	1,0
Psichologas.	0,5	0,0
Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų koordinatorius.	1,0	1,0
Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų psichologas.	0,5	0,5
Grupių vadovas	0,5	0,5
Administratorius	1,0	1,0
Iš viso	23,23	22,5

3. BIURO FINANSAVIMAS IR TURTAS

Biuro finansiniai metai sutampa su kalendoriniais. Pagrindiniai Biuro lėšų šaltiniai yra Valstybės biudžeto lėšos, lėšos gaunamos už privalomuosius mokymus (pirmosios pagalbos, higienos įgūdžių, mokymų apie alkoholio žalą, elgesį keičiančios programos „Elgesys. Pokalbis. Pasikeitimas“ mokymus), paramos lėšos.

Baigti įgyvendinti 2 jungtiniai Europos ekonominės erdvės finansinio mechanizmo projektai:

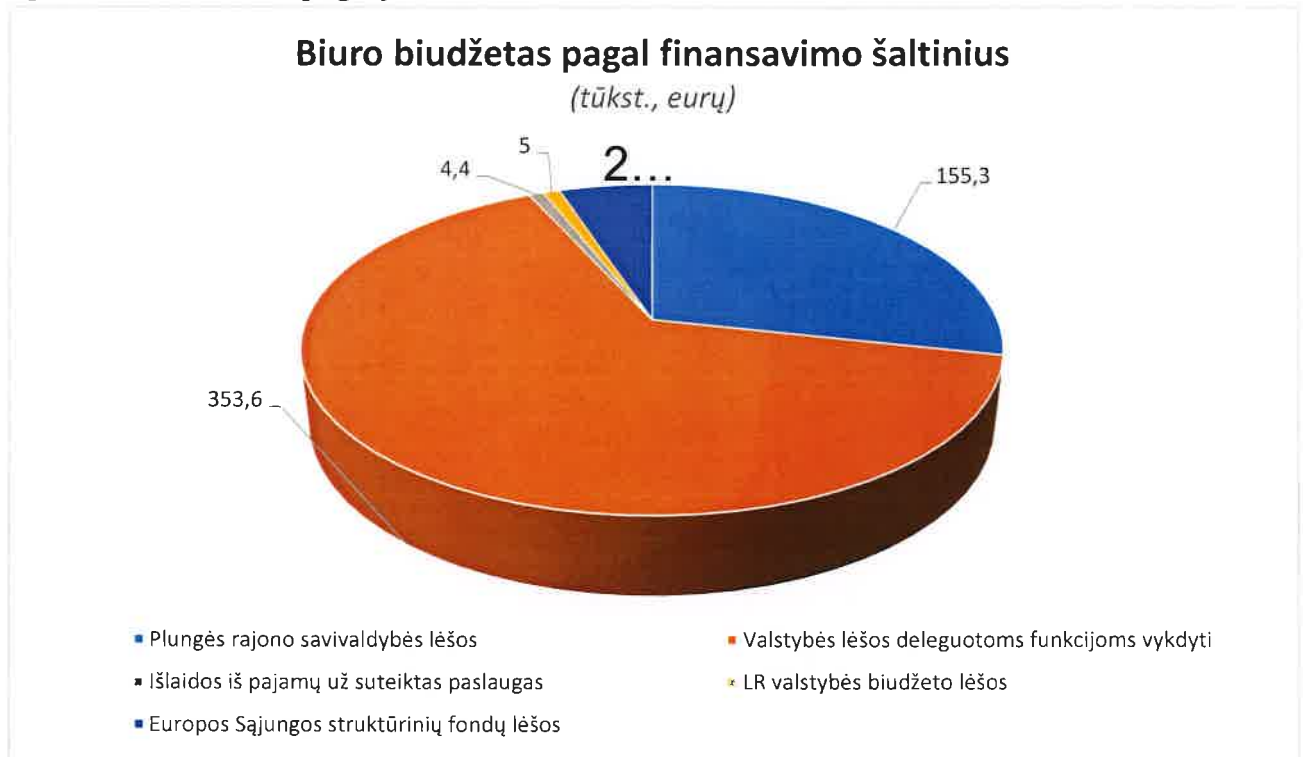
1. „Išimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetų aprūpinimas metodinėmis priemonėmis Plungės ir Tauragės r. savivaldybėse“ (projekto kodas Nr. LT03-2-SAM-K01-008, 2 metų įgyvendinimo laikotarpis nuo 2021-03-01 iki 2023-03-30). Bendra projekto vertė – 116331,73 Eur. Lėšas sudaro: ES struktūrinių fondų lėšos – 62,9 %, Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto lėšos – 11,1 %, Plungės rajono savivaldybės biudžeto lėšos 26 %.

2. „Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų (JPSP) teikimo modelio diegimas Plungės, Mažeikių ir Tauragės r. savivaldybėse“ (projekto kodas Nr. LT03-1-SAM-K01-005, 2 metų įgyvendinimo laikotarpis nuo 2021-03-30 iki 2023-03-30). Bendra projekto vertė – 94594,98 Eur. Lėšas sudaro: Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšos – 85 %, Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto lėšos – 15 %. Tęsiamas po projektinių įsipareigojimų vykdymas (5 m. laikotarpiu), finansuojamas Plungės rajono savivaldybės lėšomis.

Plungės rajono savivaldybės taryba 2023 m. Biurui patvirtino biudžeto planą – 513,3 tūkst. eurų. Panaudota – 512,7 tūkst. eurų. Už suteiktas paslaugas nesurinkta 0,6 tūkst. eurų planuotų lėšų, todėl šiai sumai skiriasi panaudojimas nuo patvirtinto plano.

Iš Plungės rajono savivaldybės administracijos įvairių projektų įgyvendinimui gauta 10,0 tūkst. eurų (Projektui „Plungės rajono maudymosi vietų vandens ir smėlio kokybės stebėsenos programa“ – 5,7 tūkst. Eurų. Projektui "Visi skirtingi – visi lygūs" – 1,3 tūkst. Eurų. Projektui "Sveikiausia įmonės, įstaigos, organizacijos komanda 2023 m." – 2,0 tūkst. Eurų. Projektui „Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro sveikatinimo intervalinių funkcinių mankštų vykdymas“ – 2,0 tūkst. eurų).

1 pav. Biuro biudžetas pagal finansavimo šaltinius 2023 m.

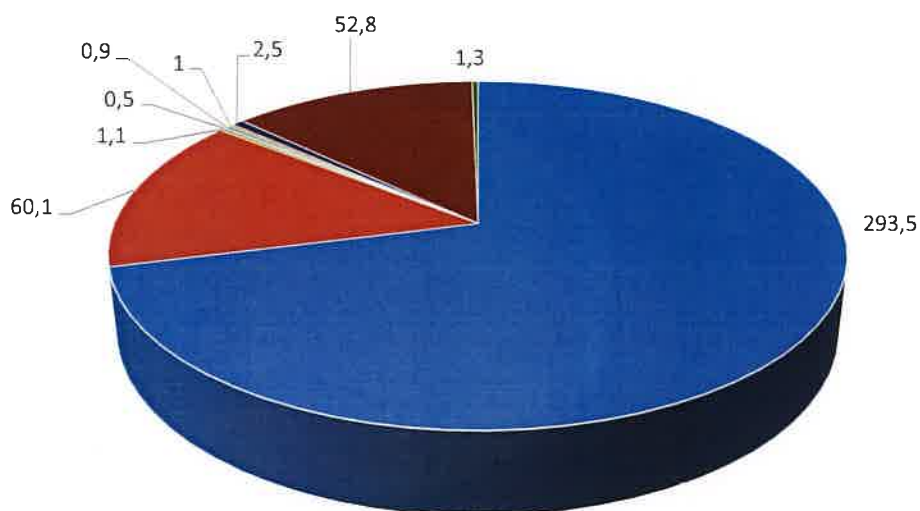


2 lentelė. Biuro biudžetas pagal finansavimo šaltinius 2023 m.

Finansavimo šaltinis		Skirta 2023 m. tūkst. Eur
Plungės rajono savivaldybės lėšos	B	155,3
Valstybės lėšos deleguotoms funkcijoms vykdyti	D	353,6
Išlaidos iš pajamų už suteiktas paslaugas	S	4,4
LR valstybės biudžeto lėšos	V	5,0
Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšos	ES	28,0
Iš viso:		546,30

2 pav. Biuro gautos valstybės biudžeto lėšos 2023 m.

Biuro gautos valstybės biudžeto lėšos 2023 m.
(tūkst., eurų)



- Darbo užmokestis ir socialinis draudimas
- Prekių ir paslaugų panaudojimas
- Ryšių paslaugos (internetas, judrusis ryšys)
- Transportas
- Medikamentų ir medicininių prekių bei paslaugų įsigijimo išlaidos
- Komandiruotės, kvalifikacijos kėlimas
- Komunalinės paslaugos (elektra, šildymas, vanduo ir komunalinės atliekos)
- Kitos prekės ir paslaugos (atsargos, ūkinis inventorių, mokestis už programą, paskaitos, mokymai, patalpų valymas)
- Darbdavių socialinė parama pinigais (2 d. liga)

3 lentelė. Biuro gautos valstybės biudžeto lėšos 2021–2023 m.

Eil. Nr.	Pavadinimas	2023 m. skirta tūkst. eurų
1.	Valstybės biudžeto lėšos pagrindinėms Biuro funkcijoms vykdyti:	353,6
1.1.	Darbo užmokestis ir socialinis draudimas	293,5
1.2.	Prekių ir paslaugų panaudojimas	60,1
1.2.1	Ryšių paslaugos (internetas, judrusis ryšys)	1,1
1.2.2	Transportas	0,5
1.2.3	Medikamentų ir medicininių prekių bei paslaugų įsigijimo išlaidos	0,9

1.2.4	Komandiruotės, kvalifikacijos kėlimas	1,0
1.2.5	Komunalinės paslaugos (elektra, šildymas, vanduo ir komunalinės atliekos)	2,5
1.2.6	Kitos prekės ir paslaugos (atsargos, ūkinis inventorių, mokestis už programą, paskaitos, mokymai, patalpų valymas)	52,8
1.2.7	Darbdavių socialinė parama pinigais (2 d. liga)	1,3

4 lentelė. Biuro vykdomų projektų biudžetas 2021–2023 m.

Eil. Nr.	Pavadinimas	2023 m. skirta tūkst. eurų
1.	Jungtinis projektas „Ikimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetų aprūpinimas metodinėmis priemonėmis Plungės ir Tauragės savivaldybėse“ (projekto Nr. LT03-2-SAM-K01-008)	33,0
1.1.	Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšos 62,9 %	28,0
1.2.	Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto lėšos 11,1 %	5,0
1.3.	Plungės rajono savivaldybės biudžeto lėšos 26 %	0,0
2.	Jungtinis projektas „Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų teikimo modelio diegimas Plungės, Mažeikių ir Tauragės savivaldybėse“ (projekto Nr. LT03-1-SAM-K01-005)	17,3
2.1.	Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšos 85 %	14,7
2.2.	Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto lėšos 15 %	2,6

4. DOKUMENTŲ VALDYMAS

2023 m. Biuras vykdė dokumentų administravimą ir valdymą per dokumentų valdymo sistemą Kontora. Užregistruota 120 gautų raštų, parengti 95 siunčiami dokumentai, 47 biudžeto vykdymo ir finansinės ataskaitos bei 13 sąmatų bei etatų sąrašų dokumentai. Parengti ir patvirtinti 30 įsakymai veiklos klausimais, 187 įsakymai personalo klausimais, 107 kasmetinių atostogų, papildomų poilsio dienų, komandiruočių įsakymai, priimti ir užregistruoti 305 darbuotojų prašymai bei sutikimai dėl priėmimo, atleidimo, papildomų funkcijų atlikimo, 107 darbuotojų prašymas dėl kasmetinių, nemokamų, mokymosi ir kitų atostogų.

Parengta 2022 m. Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita; Sveikatos ugdymo ir mokymo ketvirčio ataskaitos Nr. 41-1-Sveikata; Valstybinių (valstybės perduotų

savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų vykdymo vertinimo kriterijų pusmečio ir metinė ataskaitos; Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo pusmečio ir metinė ataskaitos; 2023 m. Ankstyvosios intervencijos programos vykdymo ataskaita; Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams veiklos suvestinė pusmečio ir metinė ataskaitos; Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo ataskaita. Pateiktos metinė finansinė ir biudžeto vykdymo ataskaitos, ketvirtinės finansinės ir biudžeto vykdymo ataskaitos, mėnesinės ataskaitos. Parengta ir gyvendinta 4 savivaldybės lygmens projektų bei pateiktos jų ataskaitos.

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos 2017 m. viešųjų pirkimų Nr. I-1491 pakeitimo įstatymu, parengtas 2023 m. viešųjų pirkimų planas, viešųjų pirkimų ataskaita. Sudarytos 10 naujos bendradarbiavimo sutartys, 54 kitos sutartys (iš kurių – 10 viešųjų pirkimų), teiktos 16 mažos vertės pirkimų paraiškos / teikėjų apklausos pažymos.

5. VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMAS

2023 m. Biuro organizuojuose sveikatinimo renginiuose dalyvavo 98 211 dalyvis: suaugusiems skirtuose renginiuose – 16 355 dalyviai (žr. 5 lentelę), mokyklose – 81 856 dalyviai.

5 lentelė. Pagrindinės 2023 m. Biuro organizuotų renginių temos

Pagrindinės 2023 m. Biuro organizuotų renginių temos	2023 m. sveikatos ugdymo ir mokymo renginių skaičius (vnt.)	2023 m. sveikatos ugdymo ir mokymo renginių dalyvių skaičius (vnt.)
Fizinis aktyvumas	111	2722
Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	23	893
Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	18	223
Individualios psichologo konsultacijos	-	430 val.
Grupinės psichologo konsultacijos	-	140 val.
Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	4	1087
Sveika mityba ir nutukimo prevencija	27	967
Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	7	137
Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	2	40
Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	7	125

Tęsiant bendradarbiavimą su įstaigomis ir organizacijomis sveikatinimo klausimais, akcentuota sveikatinimo darbo vietose svarba, vykdytos sveikatinimo veiklos. Skatinant plungiškių fizinį aktyvumą, 2023 m. Biuro organizuojamuose suaugusiųjų fizinio aktyvumo didinimo renginiuose dalyvavo 4513 dalyviai. Vyko treniruotės uždaroje patalpoje ir gryname ore, (paskaitos, mankštos), jogos, linijinių šokių, šiaurietiškojo ėjimo, futbolo vaikščiojant, kineziterapinių užsiėmimų, treniruočių su savo kūno svoriu užsiėmimų ciklai. Mokymai Plungės rajono įstaigų darbuotojų sveikatinimas darbo vietose.

Vyko nuoseklus bendradarbiavimas ir darbas su Plungės senjorų III-iojo amžiaus universitetu, nepertraukiamai organizuotos senjorų mankštos, sveikatinimo užsiėmimai. Į užsiėmimus kaskart susirinkdavo 40–50 senjorų. Didinant jų fizinį aktyvumą, drauge stiprinta ir dalyvių psichikos sveikata, vykdyta kūno sudėties analizė, fizinio pajėgumo testavimai, paskaitos stiprinančios sveikatos raštingumą.

Igyvendinant sveikos mitybos prioriteto uždavinius, Biuras vykdė „Rakto skylutės“ ženklavimo kriterijus atitinkančių maisto produktų paiešką tarp Plungės rajono bei Lietuvos gamintojų. Tikslas – padėti vartotojams lengviau išsirinkti sveikatai palankius maisto produktus tarp kitų produktų. 2023 m. Biuras „Rakto skylutės“ simbolio ženklinimui notifikavo 4 produktus, kuriuos gamina Plungės r. sav. gyventojas Svetlana Jonavičienė..

Lėtinių neinfekcinių ligų prevencija vykdyta didinant rajono gyventojų sveikatos raštingumą didinimo bei formuojant praktinius įgūdžius. Vyko praktiniai užsiėmimai ir paskaitos apie širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto priežastis ir šių ligų prevenciją, sveikatos rodiklių supratimą, sveikos mitybos principus, streso valdymo metodus, fizinio aktyvumo naudą. Suorganizuotos 2 grupės dalyvių, iš viso dalyvavo 25 unikalūs asmenys.

Vykdant traumatizmo prevenciją Biuro specialistai vykdė pirmosios pagalbos mokymus darbo vietose ir bendruomenėse viso buvo suorganizuota 18 užsiėmimų skirtingose vietose.

Siekdami į sveikatinimo veiklą įtraukti kuo daugiau savanorių, Biuras inicijuoja ir kartu su Plungės rajono savivaldybe tęsia akciją „Dovanoju Plungei“. 2023 metais šios akcijos dėka rajono gyventojams suorganizavome 11 nemokamų užsiėmimų, kuriuos dovanojo trenerė plungiškė.

5.1. PROJEKTINĖ VEIKLA

2023 m. Biuras parengė ir įgyvendino šiuos projektus:

Priklausomybių mažinimo Plungės rajono savivaldybėje 2018 – 2025 metų programa. Ši programa skirta Plungės rajono savivaldybės gyventojams, nesaikingai vartojantiems alkoholių arba priklausomiems nuo jo, taip pat turintiems priklausomybę nuo kitų priklausomybę sukeliančių medžiagų, jų šeimų nariams ir kitoms gyventojų grupėms, kurioms yra tikslingos priklausomybės ligų prevencinės priemonės.

2023 metais programoje dalyvavo 154 unikalūs dalyviai. Viso suteikta 921 konsultacijų. Konsultacijų metu 109 asmenys nukreipti medicinos specialistų intervencijai, 73 asmenims padėjo spręsti probacijos tarnybos iškeltas sąlygas, 29 asmenims padėjo registruotis Užimtumo tarnyboje, 16 – padėta įsidarbinti, 17 asmenims padėjo vykdyti Atvejo vadybos proceso metu iškeltus jiems įpareigojimus. 549 asmenų dalyvavo paskaitose „Apie psichoaktyviųjų medžiagų žalą, žmogaus organizmui“.

Išplatinta 2500 lankstinukų. Parengta 16 informacinių pranešimų apie psichoaktyviųjų medžiagų žalą organizmui.

Siekiant išsiaiškinti Plungės rajono gyventojų žinias apie elektronines cigaretės, buvo atliekama apklausa „Elektroninės cigaretės: mada ar nauja grėsmė?“. Anketą užpildė 461 respondentas.

Išplėstinės metimo rūkyti pagalbos paslaugų (konsultavimo metimo rūkyti klausimais) teikimas. Buvo apklausti 30 asmenų dėl nikotino priklausomybės.

Buvo suorganizuotas Protų mūšis „Būk nepriklausomas ir atsakingas“, kurio metu jaunuoliai tikrino žinias apie psichoaktyviųjų medžiagų žalą žmogaus organizmui. Plungės rajono savivaldybės protų mūšyje „Būk nepriklausomas ir atsakingas“ susirungė 7 mokyklų 5-10 klasių moksleiviai.

4 Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos projektus:

- **Plungės rajono maudymosi vietų vandens ir smėlio kokybės stebėsenos programa.** Kaip ir kasmet Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras gegužės – rugsėjo mėnesiais vykdė Plungės rajono savivaldybės maudymosi vietų vandens kokybės stebėseną, siekiant apsaugoti žmonių sveikatą ir aplinką, sumažinti maudymosi vietų taršą ir prisidėti prie jų vandens kokybės gerinimo. Maudymosi vietų vandens kokybės vertinimas atliekamas dviejų mikrobiologinių parametru – žarninių enterokokų ir žarninių lazdelių (*E. coli*) - duomenų rinkiniu. Vandenyje taip pat buvo stebimos nuolaužos, plūduriuojančios medžiagos, dervos, stiklas, plastikas, guma ir kitos medžiagos (Lietuvos higienos HN 92:2018 „Paplūdimiai ir jų maudyklų vandens kokybė“ reikalavimus). Vandens kokybės tyrimai pradėti likus savaitei iki maudymosi sezono pradžios ir reguliariai buvo atliekami 1-2 kartus per mėnesį iki rugsėjo 12 d. 2023 m. buvo stebima 21 maudykla.

- **„Sveikiausia įmonės, įstaigos, organizacijos komanda 2023 m.“** Konkurso dalyviai – Plungės rajono įstaigų, įmonių, organizacijų, bendruomenių komandos. Konkurso tikslas – skatinti sveikos gyvensenos iniciatyvas įmonėse, įstaigose, organizacijose, bendruomenėse ugdyti sveikos gyvensenos įgūdžius bei rūpinimąsi savo sveikata. Konkurse dalyvavo 12 Plungės rajono įmonių, įstaigų, organizacijų komandų, kuriose dalyvavo 398 dalyviai.

- **„Intervalinės – funkcinės treniruotės su trenere Raimonda“.** Dalyviai – Plungės rajono savivaldybės gyventojai. Tikslas – ugdyti sveikos gyvensenos įgūdžius bei rūpinimąsi savo sveikata. Užsiėmimuose dalyvavo 672 dalyviai.

- **Baigtas gyvendinti jungtinis projektas „Ikimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetų aprūpinimas metodinėmis priemonėmis Plungės ir Tauragės savivaldybėse“**, finansuotas Europos ekonominės erdvės finansinio mechanizmo programos „Sveikata“ ir Plungės rajono savivaldybės biudžeto lėšomis. Tikslas – gerinti teikiamų sveikatos paslaugų kokybę ir gyventojų sveikatą. Projekto dėka 13-a Plungės rajono ugdymo įstaigų visuomenės sveikatos kabinetų papildyta naujomis metodinėmis priemonėmis, o Plungės lopšelio-darželio „Raudonkepuraite“ visuomenės sveikatos kabinete atlikti ir remonto darbai. Buvo įsigyta sveikatos mokymo priemonių: įvairių žaidimų ir metodinių priemonių, skirtų lavinti vaikų emocinį raštingumą, šiaurietiškojo ėjimo lazdu, gaivinimo manekenu, mokomųjų defibriliatorių, gigantiškas cigaretės modelis „Rūkymo poveikis“, imitacinių rūkančiojo plaučių palyginamasis rinkinys, interaktyvus ekranas ir mobilios interaktyvios grindys, šviesos sensoriniai stalai ir kitos priemonės.

Pasitelkiant naujas priemones vaikai ir mokiniai skatinami rinktis sveiką gyvenimo būdą, vengti žalingų įpročių, būti fiziškai aktyvūs, aktyviai leisti laisvalaikį, rūpintis savo psichikos sveikata, prireikus ieškoti pagalbos.

- **Tęsiamos įgyvendinto jungtinio projekto „Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų (JPSPP) teikimo modelio diegimas Plungės, Mažeikių ir Tauragės savivaldybėse“ poprojektinio 5 metų laikotarpio veiklos.** Tikslas – teikti poreikius atitinkančias kokybiškas ir prieinamas jaunimui palankias sveikatos priežiūros paslaugas bei paskatinti jaunus žmones rinktis sveikesnį gyvenimo būdą projekte numatytų savivaldybių teritorijose.

2023 m. 752 jaunuoliai (14–29 metų) dalyvavo renginiuose, paskaitose, susitikimuose, akcijose pagal šiame tęstiniame projekte numatytus aštuonis pagalbos algoritmus prevencinėmis sveikatos temomis, t. y., depresijos, savižudybių ir savižalos, psichiką veikiančių medžiagų vartojimo, lytiškai plintančių infekcijų ir neplanuoto nėštumo, alkoholio vartojimo, sveikatos sutrikimų, susijusių su antsvoriu ir nutukimu, seksualinio smurto bei valgymo sutrikimų prevencija.

2023 m. buvo suteiktos 106 individualios JPSPP koordinacinio centro psichologo ir 176 JPSPP koordinatoriaus konsultacijos 14–29 metų jaunimui.

6. PSICHIKOS SVEIKATOS STIPRINIMAS

2023 m. Biuras, didindamas Plungės rajono savivaldybės gyventojų psichologinę gerovę ir stiprindamas psichikos sveikatą, vadovaudamasis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos 2020 m. liepos 31 d. įsakymu Nr. V-1733 „Dėl psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo tvarkos aprašo patvirtinimo“, organizavo nemokamas individualias psichologo konsultacijas ir grupinių užsiėmimų mokymus. Paslaugos skirtos asmenims, susiduriantiems su psichikos sveikatos rizikos veiksniais dėl sudėtingų gyvenimiškų situacijų (skrybros, darbo netekimas, finansiniai sunkumai, artimo žmogaus netektis, konfliktiniai santykiai šeimoje ar darbe, sunki artimo žmogaus liga ir kita). 2023 m. buvo suteikta 430 individualių konsultacijų ir skirta 140 val. grupiniams užsiėmimams.

Igyvendinant Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. gegužės 17 d. įsakymą Nr. V-590 „Dėl psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams tvarkos aprašo patvirtinimo“, Biuras organizavo nemokamus tęstinius psichikos sveikatos kompetencijų didinimo įmonių darbuotojams mokymus. Tikslas – ugdyti įmonių darbdavių ir jų atstovų (padalinių vadovų), įmonių darbuotojų saugos ir sveikatos tarnybų specialistų, žmoniškųjų išteklių padalinių vadovų ir kitų įmonės darbuotojų kompetencijas, reikalingas mažinti neigiamą psichosocialinių rizikos veiksnių poveikį darbuotojų sveikatai, gerinti psichosocialinę aplinką įmonėse ir stiprinti darbuotojų psichikos sveikatą. Tęstiniuose 40 val. mokymuose dalyvavo 20 darbuotojų vienos Plungės r. savivaldybės įstaigos.

Keli metai iš eilės stiprinant Plungės r. sav. gyventojų psichikos sveikatos raštingumą yra organizuojamas užsiėmimų ciklas ugdymo įstaigose ir bendruomenėse. Užsiėmimų ciklo metu vyksta paskaitos, pokalbiai, edukaciniai užsiėmimai, viktorinos „Ką žinau apie psichinę sveikatą?“ ir metų gale vyksta baigiamasis renginys – šventinis orientacinis žygis – dovanų ieškojimas Plungės parke.

Didinant Plungės rajono savivaldybės ugdymo įstaigų darbuotojų psichikos sveikatos kompetencijas, Biuras, vadovaudamasis 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“, organizavo nemokamus 40 val. psichikos sveikatos kompetencijų didinimo mokymus Plungės r. ugdymo įstaigos specialistams, kuriuose dalyvavo 19 asmenų.

7. VAIKŲ IR JAUNIMO SVEIKATOS PRIEŽIŪRA

Biuras kasmet atnauja ir papildo visuomenės sveikatos specialistų, vykdančių sveikatos priežiūrą mokykloje darbui reikalingą inventorių, metodines priemones. Taip pat pagal reikalavimus nuolat prižiūri medikamentinių priemonių galiojimo terminus, esant poreikiui jas atnauja.

Visuomenės sveikatos specialistai, vykdančys sveikatos priežiūrą mokyklose, nuolat kelia kvalifikaciją. Greta žinių gilinimo įvairiomis sveikatinimo temomis, kiekvienas specialistas specializuojasi pasirinkta tema (pav., mitybos, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos, kibernetinių priklausomybių, fizinio aktyvumo, lytiškumo, savižudybių grėsmės atpažinimo ir kt.). Visuomenės sveikatos specialistai vykdančys sveikatos priežiūrą mokyklose neapsiriboja darbu priskirtose ugdymo įstaigoje, tačiau, bendradarbiaudami tarpusavyje, pagal suderintą planą veda užsiėmimus ir kitose rajono mokyklose.

Specialistai taiko naujus žinių perdavimo, veiklos organizavimo būdus ir sveikatinimo užsiėmimus organizuoja interaktyviai, naudodami išmaniąsias lentas, įvairias interaktyvias programėles (Kahoot ir kt.), taip pat ir nuotoliniu būdu. Skatiname aktyvias mokinių diskusijas, įtraukiame į sveikatinimo veiklas įvairių žaidimų, eksperimentų ir praktinių užsiėmimų pagalbą. Organizuojame integruotas pamokas, bendradarbiaudami su ugdymo įstaigų darbuotojais (pvz., fizinio aktyvumo, mitybos temas specialistai dėsto anglų kalba).

Vykdydamas vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimą, Biuras tęsia nuo 2018 m. pradėtos vykdyti Ankstyvosios intervencijos, skirtos eksperimentuojantiems ar nereguliariai vartojantiems psichoaktyvias medžiagas (išskyrus tabaką) jaunuoliams nuo 14–21 m., programos įgyvendinimą. Baigę mokymus, įstaigos specialistai šios programos įgyvendinimą organizuoja bei vykdo savarankiškai. Programos tikslas – motyvuoti nepilnamečius asmenis atsisakyti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo. 2023 m. tęstinius Biuro Ankstyvosios intervencijos programos mokymus baigė 14 jaunuolių.

Remiantis Plungės rajono savivaldybės ugdymo įstaigų 2023 m. „Sveikatos ugdymo ir mokymo 2023 m. ataskaita Nr. 41-1-sveikata“ (forma patvirtinta Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. liepos 7 d. įsakymu Nr. V-670 „Dėl Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2005 m. vasario 11 d. įsakymo Nr. V-111 „Dėl sveikatos ugdymo ir mokymo statistinės ataskaitos formos patvirtinimo“ pakeitimo“), pagrindinės vaikų sveikatos ugdymo ir mokymo renginių temos pateiktos 6 lentelėje.

Visuomenės sveikatos specialistai, vykdančys sveikatos priežiūrą mokykloje, vadovaudamiesi sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 26 d. įsakymu Nr. V-657 „Dėl elektroninės sveikatos paslaugų ir bendradarbiavimo infrastruktūros informacinės sistemos naudojimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo“, vaikų sveikatos stebėsenos informacinėje sistemoje analizuoja ir vertina vaikų sveikatos pažymų (forma Nr. 027-1/a) duomenis, į juos atsižvelgdami planuoja sveikatinimo prioritetus bei veiklas mokyklose, teikia rekomendacijas, organizuoja mokinių savirūpą.

Biuras organizavo sveikatinimo stovyklą vaikams „Visi skirtingi – visi lygūs“, kurioje dalyvavo 30 vaikų.

6 lentelė. Pagrindinės 2023 m. ugdymo įstaigose organizuotų renginių kryptys

Pagrindinės 2023 m. ugdymo įstaigose organizuotų renginių kryptys	2023 m. įvykdytų sveikatos ugdymo ir mokymo renginių dalyvių skaičius (vnt.)
Fizinis aktyvumas	19 6433
Sveika mityba ir nutukimo prevencija	6 096
Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	8 938
Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	7 079
Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	24 849
Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	2 308
Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija	1 196
Aplinkos sveikata	3 724
Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	6 593
Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	7 455
Kitos temos	1 013

Biuras įgyvendina „Neįtikėtinų metų“ programą, skirtą tėvams/įtėviams/globėjams, auginantiems ikimokyklinio amžiaus (3–6 m.) vaikus, turinčius elgesio ir emocijų sunkumų. Programa padeda tėvams stiprinti ryšį su vaiku, geriau suprasti vaiko elgesį ir elgesio sunkumų priežastis, įsigilinti ir taikyti veiksmingus vaiko elgesio valdymo būdus, padėti vaikui išmokti valdyti emocijas, kurti pozityvius santykius su kitais, tobulinant tėvystės įgūdžius, labiau pasitikėti savimi, išmokti pažinti save ir vaiko jausmus, suteikti pagalbą vaikui ir leisti jam jaustis geriau. 2023 m. programą baigė 2 tėvų grupės (16 dalyvių).

8. VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENA

Visuomenės sveikatos stebėseną savivaldybėse vykdoma vadovaujantis 2003 m. rugpjūčio 11 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“ ir visais šio dokumento pakeitimais.

2023 m. parengta Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita už 2022 m. Patvirtinus Plungės rajono savivaldybės tarybai, ataskaita kasmet skelbiama Plungės rajono savivaldybės, Higienos instituto, Biuro interneto svetainėse, pristatoma Bendruomenės sveikatos tarybai ir visuomenei. Remiantis ja nustatomi sveikatinimo prioritetai savivaldybėje.

Vertinant Plungės r. sav. visuomenės sveikatos būklę atspindinčius rodiklius Lietuvos savivaldybių kontekste, rajono visuomenės sveikatos stebėsenos rodikliai gerėja: 2022 m. į geriausią (žalią) zoną pateko 35 rodikliai iš 51, tarp prasčiausią situaciją atspindinčių – 18 rodiklių, likę pateko į geltoną zoną, atspindinčią Lietuvos vidurkį.

2023 m. visuomenės sveikatos stebėsenos analizės ir ataskaitos:

- Plungės rajono savivaldybės gyventojų dalyvavimas atrankinėse prevencinėse programose (duomenys 2022 m.);
- Plungės rajono savivaldybės suaugusiųjų gyvensenos tyrimo analizė (tyrimas atliktas 2022 m.);
- Plungės rajono ikimokyklinio ir bendrojo ugdymo įstaigas lankančių vaikų sveikatos rodiklių suvestinė (2022 – 2023 m. m.);
- Plungės rajono savivaldybės maudymosi vietų vandens ir paplūdimio smėlio kokybės stebėsenos ataskaita;
- Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2023 m. ataskaita (duomenys už 2022 m.).

9. PRIVALOMASIS SVEIKATOS ŽINIŲ IR ĮGŪDŽIŲ MOKYMAS

Viena iš mokamų Biuro paslaugų – privalomasis sveikatos žinių ir įgūdžių mokymas. Biuras, vadovaudamasis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2008 m. sausio 28 d. įsakymu Nr. V-69 (su visais pakeitimais) patvirtintomis mokymo programomis ir Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2019 m. spalio 31 d. direktoriaus įsakymu Nr. DĮ-22 „Dėl Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro teikiamų mokamų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų kainų“, bei Valstybinės akreditavimo sveikatos priežiūros veiklai tarnybos prie sveikatos apsaugos ministerijos išduotomis licencijomis, organizuoja šiuos mokymo kursus: pirmosios pagalbos, higienos įgūdžių, asmenų mokymo apie alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai.

2023 m. buvo apmokyti 710 asmenys: pirmosios pagalbos – 226 asmenys, higienos įgūdžių – 462 asmenys, alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai mokymuose dalyvavo 22 asmenys.

10. BIURO VEIKLOS VIEŠINIMAS

Viešinant Biuro veiklą rajono bei regioninės žiniasklaidos priemonėse publikuoti Biuro specialistų parengti straipsniai, internete viešinti informaciniai pranešimai.

Aktuali Biuro specialistų parengta informacija talpinama mokyklų elektroniniuose dienynuose, stenduose, skelbimų lentose, viešinama savivaldybės, Biuro, bendruomenių svetainėse bei Facebook'o paskyroje, siunčiama el. paštu.

2023 m. Biuro specialistai skaitė pranešimus kitų įstaigų ir organizacijų organizuotose konferencijose/renginiuose, mokinių tėvų susirinkimuose, dalinosi gerąja patirtimi.

Remiantis Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2003 m. balandžio 18 d. nutarimo „Dėl Bendrųjų reikalavimų valstybės ir savivaldybių institucijų ir įstaigų interneto svetainėms aprašo patvirtinimo“ reikalavimais, nuolat atnaujinama informacija Biuro interneto svetainėje www.plungesvsb.lt. Per 2023 m. Biuro internetinėje svetainėje buvo viešinami 478 informaciniai pranešimai, straipsniai ir skelbimai.

Visame pasaulyje akcentuojant informacijos pasiekiamumo interneto kanalais svarbą, informacija nuolat atnaujinama ir talpinama socialinio tinklo Facebook'o paskyroje – Plungės Visuomenės sveikatos biuras. 2023 m. pabaigoje šioje paskyroje Biuro informaciją pasiekė 24324 žmonės ir turėjome 2598 sekėjus.

11. KVALIFIKACIJOS TOBULINIMO ORGANIZAVIMAS

2023 m. visi Biuro specialistai kėlė kvalifikaciją, dalyvavo įvairiuose mokymuose, keitėsi gerąja patirtimi su kitų Visuomenės sveikatos biurų darbuotojais. Biuro specialistai gausiausiai dalyvavo šiuose mokymuose: „Tuberkuliozės profilaktikos, diagnostikos, gydymo organizavimo gerinimas ir praktinių įgūdžių tobulinimas“, „Mokinių susižalojimų prevencija“, „Savižudybių prevencijos įgūdžių mokymai“, „Futbolas vaikščiojant“, „Paauglių rizikingas elgesys. Narkotinių ir psichotropinių medžiagų pavartojimo diagnostiniai kriterijai, galimas reagavimas nustačius vartojimo atvejį“.

Visuomenės sveikatos specialistai iš viso kėlė kvalifikaciją – 876 ak. valandas, vidutiniškai kiekvienas specialistas per metus kėlė kvalifikaciją daugiau nei po 58 ak. valandas.

12. VADOVO INDĖLIS Į ĮSTAIGOS VEIKLĄ

Būdamas Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos (toliau – SVSBA) nariu Biuras aktyviai dalyvauja asociacijos veikloje, kartu su kitais 48 asociacijos nariais teikia pasiūlymus dėl bendradarbiavimo ir valstybės, savivaldybės institucijų, sveikatos priežiūros įstaigų veiklos kokybės tobulinimo, teisės aktų, reglamentuojančių visuomenės sveikatos sritį, keitimo, dalyvauja įvairių SVSBA darbo grupių veikloje, inicijuoja pasitarimus su Sveikatos apsaugos ministerija, Higienos institutu bei kitomis institucijomis.

Atsižvelgiant į tai, kad visuomenės sveikatos priežiūros paslaugos iš dalies yra ir įvairių įstaigų, ir organizacijų veiklos dalis, tęsiamas glaudus bendradarbiavimas visuomenės sveikatos srityje su Plungės rajono savivaldybės miesto ir kaimo bendruomenėmis, mokyklomis, įvairiomis įstaigomis bei organizacijomis. Vykdomas bendradarbiavimas pagal 87 bendradarbiavimo sutartis (tarp jų 7 yra pasirašytos 2023 m.). Organizuoti pasitarimai ir diskusijos su minėtų įstaigų ir organizacijų atstovais.

Direktorius taip pat dalyvauja, Apskrities antimikrobinio atsparumo valdymo grupės darbe, Plungės rajono savivaldybės bendruomenės sveikatos tarybos veikloje, konsultuoja įstaigas ir NVO

sveikatinimo projektų rengimo ir įgyvendinimo klausimais. Tokiu būdu prisidedama prie Lietuvos sveikatos programoje numatytų tikslų siekimo.

Daug dėmesio skiriama darbuotojų kompetencijų didinimui ir kvalifikacijos kėlimui, motyvavimui, įtraukimui į sprendimų priėmimą, komandiniam darbui, keitimuisi gerąja patirtimi su kitais visuomenės sveikatos biurais.

13. ĮSTAIGOS PROBLEMOS IR JŲ SPRENDIMAS

Pagrindinė problema – patalpų trūkumas.

- Biurui priklausančiose patalpose trūksta darbo vietų specialistams, pagalbinių patalpų sveikatinimo priemonių, darbo inventoriaus, įrangos bei kito turto laikymui.
- Biurui priklausanti salė daugumai sveikatinimo veiklų yra per maža, todėl daugėjant Biuro veiklų, Rajone pasiūla yra ribota, dažnai galimos salės lokacija, dydis, paskirtis ar laikas yra netinkami numatytoms sveikatinimo veikloms.
- Ne visose mokyklose visuomenės sveikatos priežiūros specialistų kabinetai įrengti mokyklos patalpose arba išvis nėra įrengtas visuomenės sveikatos priežiūros specialisto kabinetas. Ne visi sveikatos specialistų kabinetai atitinka Lietuvos higienos normoje HN 32:2004 nurodytus darbo vietos ergonominius reikalavimus (kabineto dydis neatitinka darbo vietai keliamų ergonominių reikalavimų, nėra langų, ventiliacijos, šilto ir šalto vandens, kabinete dirba keli specialistai, patalpoje netelpa specialisto kabineto baldai, inventorius, įranga, metodinės darbo priemonės). Darželiuose specialistai naudojami 1 kabinete kartu su keliais kitais įstaigos darbuotojais. Dėl šių priežasčių nėra užtikrinamos saugios darbo sąlygos ne tik specialistui, bet ir saugios paslaugų gavimo sąlygos paslaugų gavėjams, t. y., vaikams.

14. VEIKLOS TOBULINIMO PERSPEKTYVOS

Būdamas Lietuvos visuomenės sveikatos biurų asociacijos (toliau – SVSBA) nariu, Biuras prisideda prie pastabų ir pasiūlymų teikimo, tobulinant Biurų veiklą reglamentuojančią teisinę bazę nacionaliniu mastu. Biuras dalyvauja įvairių SVSBA darbo grupių veikloje, dalinasi ir keičiasi gerąja patirtimi keliant darbuotojų kvalifikaciją, gerinant teikiamų paslaugų kokybę.

Artimiausios veiklos perspektyvos bei sveikatinimo nuoseklumas priklauso nuo turimų finansinių ir žmogiškųjų išteklių, todėl finansavimo šaltinių paieška išlieka svarbus prioritetas. Ir toliau planuojama dalyvauti Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonių, sporto renginių, vaikų ir jaunimo socializacijos programų projektų finansavimo konkursuose, Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos, ES finansuojamuose bei kituose projektuose, siekiant pritraukti lėšas Plungės rajono savivaldybės gyventojų sveikatinimui.

Pagrindinės veiklos tobulinimo perspektyvos yra šios:

- kelti Biuro darbuotojų kvalifikaciją, sudaryti sąlygas tobulinti kompetencijas;
- aktyvinti suaugusiųjų sveikatos ugdymą;
- tobulinti mokinių sveikatos priežiūros organizavimą;
- vadovui nuolat tobulinti savo vadovavimo įgūdžius, stiprinti vidaus kontrolę, skirti didelį dėmesį palankaus įstaigos mikroklimato palaikymui;
- tęsti tarpinstitucinio bendradarbiavimo vystymą, didinant kitų sektorių indėlį į visuomenės sveikatą.

Direktorė

Daiva Zablockienė