

ŠILUTĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2013 METŲ VEIKLOS ATASKAITA

I. BENDROJI DALIS

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras savo veikloje vadovaujasi Lietuvos Respublikos Konstitucija, Lietuvos Respublikos įstatymais, Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimais, Šilutės rajono savivaldybės tarybos sprendimais, Administracijos direktoriaus įsakymais bei Biuro nuostatais.

Pagrindinis Biuro veiklos tikslas – rūpintis Savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti Savivaldybės teritorijoje Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą savivaldybių visuomenės sveikatos priežiūrą, taikant koordinacines, informacines ir kitas profilaktikos priemones.

Informuoti ir aiškinti gyventojams apie sveikatai kenkiančius rizikos veiksnius, pagal galimybes mažinti jų paplitimą ir tarp bendruomenės narių propaguoti sveikos gyvensenos įgūdžius.

Didelis dėmesys skiriamas dažniausioms mirties priežastims: širdies ir kraujagyslių ligoms, piktybiniams navikams bei išorinėms mirties priežastims.

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras atliko šias veiklas (teikė paslaugas):

1. Visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą), surinko išsamią informaciją apie Savivaldybės gyventojų visuomenės sveikatos būklę, sveikatos rizikos veiksnius ir ja remiantis suplanavo bei įgyvendino Savivaldybės visuomenės sveikatos stiprinimo priemones;

2. Organizavo visuomenės sveikatos stiprinimą, įtraukiant į šią veiklą bendruomenę ir socialinius partnerius;

3. Vykde vaikų ir jaunimo visuomenės sveikatos priežiūrą, koordinavo visuomenės sveikatos priežiūros specialistų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, veiklą;

4. Pagal kompetenciją organizavo alkoholio, tabako ir psichotropinių medžiagų vartojimo profilaktiką;

5. Pagal kompetenciją organizavo lėtinių neinfekcinių ligų, nelaimingų atsitikimų ir traumų profilaktiką;

6. Pagal kompetenciją organizavo užkrečiamųjų ligų profilaktiką;

7. Vykde kitas įstatymų nustatytas visuomenės sveikatos priežiūros funkcijas.

II. VEIKLOS REZULTATŲ ATASKAITA

1. Visuomenės sveikatos stiprinimas Savivaldybės bendruomenėje

1.1. Visuomenės sveikatos stiprinimas – orientuotas į sveikatos mokymą, informacijos apie sveiką gyvenseną sklaidimą, sveikos gyvensenos propagavimą, formavimą ir nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažinimą bei į kitas visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktuose numatytas priemones.

1.2. Organizuodami ir vykdydami visuomenės sveikatos stiprinimą bendruomenėse, Biuro darbuotojai stengiasi visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugas teikti įvairioms gyventojų grupėms.

1.3. 2013 m. sausio mėnesį pateikta informacija apie gripą – vieną pavojingiausių ūminių virusinių kvėpavimo takų infekcijų. Supažindinta, kokie yra gripo simptomai, kokias komplikacijas gali sukelti šis susirgimas bei kaip svarbu laiku kreiptis į gydytoją ir po to kruopščiai vykdyti visus jo nurodymus. Pateikiami patarimai apie svarbią profilaktikos priemonę - imuniteto stiprinimą ir būdus, kaip išvengti gripo. Pateikiamos rekomendacijos, kada geriausia skiepytis norint išvengti šios ligos. Šilutės mieste buvo parengti Biuro informaciniai lankstinukai „Gripas“, kurių išplatinta 150 vnt.

„Gripo profilaktikos“ informacija paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

Publikuoti straipsniai:

Šilutės rajono laikraštyje „Šilutės naujienos“ 2013 m. vasario 8 d. Nr. 11 (979) „Dėl gripo uždarytos dvi Šilutės mokyklos, ligoninėje - karantinas“;

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. vasario 8 d. Nr. 11 (2680) „Šilutės rajono savivaldybėje paskelbta gripo epidemija“.

1.4. Publikuota informacija „Kaip apsisaugoti nuo šalčio?“. Informacijos pateikimo tikslas – suteikti naudingos informacijos gyventojams, kaip apsisaugoti nuo šalčio. Ką daryti, jei oras atšąla ir pučia ypač stiprus vėjas. Supažindinta, kokie žmonės dažniausiai tampa šalčio aukomis. Pateikta svarbi informacija, kaip elgtis nušalimo atveju ir, kaip suteikti pirmąją pagalbą.

Informacija „Kaip apsisaugoti nuo šalčio?“ paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.5. „Vasaris – sveikatingumo mėnuo“. Tikslinė grupė – Šilutės rajono savivaldybės gyventojai. Biuras informavo Šilutės rajono gyventojus, kad vasario mėnuo tradiciškai skelbiamas sveikatingumo mėnesiu ir skatino visus prisidėti prie šios akcijos propaguojant sveiką gyvenseną. Publikuotame straipsnyje pateikiama informacija apie įvykdytas priemones „Vasariui – sveikatingumo mėnesiui“ paminėti Šilutės rajono savivaldybėje. Parengti informaciniai plakatai „Vasaris – sveikatingumo mėnuo“ (plakatų tiražas – 15 vnt.). Visą vasario mėnesį vyko įvairūs renginiai, akcijos, užsiėmimai bendrojo ugdymo mokyklose, taip pat buvo teikiama įvairi informacija Šilutės rajono savivaldybės gyventojams apie sveikatos stiprinimą ir išsaugojimą. Buvo rengtos įvairios pamokos, diskusijos mokiniams apie sveiką gyvenseną, leidžiami informaciniai stendai bei informaciniai lankstinukai. Lankstinukai „Ko turėtum saugotis, kad nesusirgtum lytiškai plintančiomis ligomis“.

Informacija „Vasaris – sveikatingumo mėnuo“ paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

Publikuota informacija Šilutės rajono laikraštyje „Šilutės naujienos“ 2013 m. vasario 12 d. Nr. 12 (980) „Gal gripo atakas sustabdys sveikatingumo akcija“.

1.6. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. vasario mėnesį suorganizavo 8 šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiško ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 92.

Informacija „Biuras kviečia į šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

Publikuota informacija Šilutės rajono ir Pagėgių savivaldybės nepriklausomame laikraštyje „Šilokarčema“ 2013 m. kovo 1d. Nr. 17 (1777) „Šiaurietiškojo ėjimo mėgėjų klubas jau ir Šilutėje“.

1.7. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras kartu su Usėnų seniūnija, Usėnų sporto klubu, Usėnų pagrindine mokykla ir Usėnų bendruomene organizavo Žiemos sporto šventę. Šventė skirta paminėti skelbiamai akcijai „Vasaris – sveikatingumo mėnesiui paminėti“. Sporto šventės dalyviai buvo įvairaus amžiaus. Dalyvavo 10 komandų.

Informacija „Žiemos sporto šventė Usėnų seniūnijoje“ paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt

1.9. Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimai 2013 m. kovo 14 d. įvyko Katyčių seniūnijoje Stubrių bendruomenėje. Dalyvavo apie 18 Stubrių bendruomenės narių, kurie mokėsi, kaip reikia teisingai išmokti pasirinkti lazdu aukštį bei įvairių tempimo pratimų: ėjimo atvirais delnais, rankų pirštai ištiesti ėjimo kryptimi, einant rankos judinamos ritmiškai, statoma koja priešingai rankai ir kt.

Informacija „Stubrių bendruomenė pakvietė Biurą atvykti į šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus, paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.10. Informacija „Kovo 22-oji – Pasaulinė vandens diena“ paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

Gyventojams suteikta naudinga informacija apie žmogaus organizmą, kiek procentų kūno masės sudaro vanduo, kiek jo reikia išgerti per dieną, kad būtų palaikoma normali organizmo būklė, kuo pavojingas vandens trūkumas ir kt.

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras, bendradarbiaudamas su Nacionaline visuomenės sveikatos priežiūros laboratorija, sudarė sąlygas Šilutės rajono savivaldybės gyventojams išsitiirti šulinių bei šachtinių gręžinių vandenį 2013 m. kovo 18-22 dienomis.

1.11. Konferencija „Kovo 24-oji – Tarptautinė tuberkuliozės diena“, kurią 2013 m. kovo 26 d. suorganizavo Biuras.

1.11.1. Konferencijoje skaityti pranešimai:

„Tuberkuliozės problemos Lietuvoje“. Pranešėja dr. Edita Davidavičienė, VĮ Vilniaus universitetinės ligoninės Santariškių klinikos filialo Infekcinių ligų ir tuberkuliozės ligoninės Tuberkuliozės registro ir programų skyriaus vedėja;

„Tuberkuliozės epidemiologinė situacija ir aktualijos Šilutės rajone“. Pranešėja Ina Kuznecova, Klaipėdos visuomenės sveikatos centro Užkrečiamųjų ligų profilaktikos ir kontrolės skyriaus vedėjo pavaduotoja.

Pranešėja dr. Edita Davidavičienė, VĮ Vilniaus universitetinės ligoninės Santariškių klinikos filialo Infekcinių ligų ir tuberkuliozės ligoninės Tuberkuliozės registro ir programų skyriaus vedėja, kuri įsitikinusi, kad Šilutės rajone įgyvendintas ypač daug naudos davęs projektas, kuriuo siekta sumažinti gyventojų sergamumą tuberkulioze.

Informacijos pateikimo tikslas – supažindinti visuomenę su tuberkulioze – pavojinga užkrečiamąja liga, būdinga Šilutės rajonui. Pateikta trumpa ir išsami informacija apie šią ligą: užsikrėtimo ir ligos paplitimo būdai, sergamumas pagal lytį, ligos eiga, padariniai, komplikacijos, gydymo eiga, profilaktikos priemonės, elgesys sergant tuberkulioze. Pateikta tuberkuliozės epidemiologinė situacija Šilutės rajone.

Šilutės mieste ir rajone buvo platinami biuro paruošti informaciniai lankstinukai „Tuberkuliozės profilaktika ir kontrolė“. Išplatinta 150 vnt. lankstinukų.

Informacija „Kovo 24-oji – Tarptautinė tuberkuliozės diena“ paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.12. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. kovo mėnesį suorganizavo 5 „Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus“ Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdu, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 62.

1.13. Visuomenės sveikatos biuras išplatino informacinį pranešimą dėl skelbiamo konkurso „Sveikatingumo simbolis“ (Vydūnas). Konkurso tikslas: - išrinkti Lietuvos sveikos gyvensenos prekės ženklą. Konkursas prasidėjo: 2013 m. balandžio 2 d. iki 2013 m. balandžio 22 d. dviem etapais. Konkursas skirtas: Lietuvos jaunimui, kuris kviečiamas kūrybiškam jaunimui dalyvauti konkurse „Sveikatingumo simbolis“. Konkurso organizatorius - Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas ir konkurso partneris - Nacionalinė tabako ir alkoholio kontrolės koalicija.

Pirmas etapas prasidėjo: 2013 m. balandžio 2 d. – balandžio 22 d. – personažo, simbolio ar talismano sukūrimas ir elektroninės versijos siuntimas Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentui el. paštu: konkursas@ntakd.lt.

Antrasis etapas vyko: 2013 m. balandžio 22 d. – balandžio 30 d. atsiųstų darbų vertinimas, atranka, nugalėtojų paskelbimas.

1.14. Paskelbta informacija apie balandžio 6-7 dienomis svetainėje <http://www.saugoksave.lt> vykusį Nacionalinį sveikatos egzaminą, kurio tikslas – atkreipti visuomenės dėmesį į sveikatos problemas ir paskatinti domėtis bei rūpintis savo ir artimųjų sveikata. Nacionalinio sveikatos egzamino tikslas – domėtis ir rūpintis savo sveikata, padėti sugriauti tikrovės neatitinkančius stereotipus bei surasti mokslu pagrįstus atsakymus į aktualiausius sveikatos klausimus. Egzaminas rengiamas simboliškai Pasaulinę sveikatos dieną, kuri minima balandžio 7-ąją. Organizatoriai: visuomeninė iniciatyva „Saugok save“ ir Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras (ULAC).

Informacija „Nacionalinis sveikatos egzaminas“ paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.15. Konferencija „Sveika mityba ir gera fizinė sveikata“, kurią 2013 m. balandžio 24 d. suorganizavo Biuras kartu su Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centru.

1.15.1. Konferencijoje skaityti pranešimai:

„Maisto kodeksas ir jo informacijos sklaida“, pranešėjas Dr. Albertas Barzda, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro direktoriaus pavaduotojas.

„Vaikų mityba ir sveikata“, pranešėja Dr. Roma Bartkevičiūtė, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro mitybos skyriaus vedėja.

„Suaugusių fizinis aktyvumas ir sveikata“, pranešėjas Remigijus Zumeras, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro, mitybos ir fizinio aktyvumo skyriaus vedėjos pavaduotojas.

Konferencija skirta: visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, bendrosios praktikos slaugytojoms, sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojams, švietimo įstaigų darbuotojams bei visiems savivaldybių bendruomenių gyventojams, norintiems gauti naudingos informacijos apie sveiką mitybą ir gerą fizinę sveikatą. Konferencijoje dalyvavo daugiau kaip 60 dalyvių. Konferencijos dalyviams išduoti kvalifikacijos kėlimo pažymėjimai.

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. balandžio 16 d. Nr. 29 (2698) Konferencija „Sveika mityba ir gera fizinė sveikata“;

Šilutės rajono laikraštyje „Šilutės naujienos“ 2013 m. balandžio 16 d. Nr. 28 (996) „Konferencija „Sveika mityba ir gera fizinė sveikata“.

Taip pat informacija paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt

1.16. Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus Biuras suorganizavo 2013 m. balandžio 25 d. Žemaičių Naumiesčio seniūnijoje Žemaičių Naumiesčio Žaliakalnyje. Dalyvavo daugiau kaip 30 įvairaus amžiaus dalyvių. Užsiėmimus vedė Lietuvos Respublikos Šiaurietiškojo ėjimo asociacijos prezidentas Laimontas Rakauskas, kuris susirinkusius supažindino su Šiaurietiškojo ėjimo (judėjimo) forma. Užsiėmimo metu buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškas vaikščiojimas. Pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt.

Informacija paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt

1.17. Šiaurietiškojo ėjimo žygį Biuras suorganizavo 2013 m. balandžio 25 d. po darbo, kuriame dalyvavo įvairaus amžiaus Šilutės rajono savivaldybės gyventojų. Žygyje dalyvavo daugiau kaip 70 dalyvių. Žygio dalyviai susirinko prie Šilutės kultūros ir pramogų centro, ir eisena vyko Šilutės miesto pylimais (dviračių takais) į Šilutės miesto stadioną, ir grįžo atgal. Žygį vedė Lietuvos Respublikos Šiaurietiškojo ėjimo asociacijos prezidentas Laimontas Rakauskas, kuris žygio metu dalyvius supažindino su Šiaurietiškojo ėjimo (judėjimo) forma. Vaizdinė ir padalomoji

medžiaga buvo dalijama kiekvienam dalyviui. Žygio metu buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdu, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškas vaikščiojimas. Pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt.

1.17.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. balandžio 19 d. Nr. 30 (2699) „Šiaurietiškojo ėjimo žygis 2013 m. balandžio 25 d.;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. balandžio 19 d. Nr. 29 (997) „Šiaurietiškojo ėjimo žygis 2013 m. balandžio 25 d.“;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. balandžio 23 d. Nr. 30 (998) „Šiaurietiškojo ėjimo žygis 2013 m. balandžio 25 d.“;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. gegužės 7 d. Nr. 34 (1002) „Aktyvaus laisvalaikio mėgėjams - Šiaurietiškojo ėjimo treniruotės“.

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.18. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. balandžio mėnesį suorganizavo 7 Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdu, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius 92.

1.19. Biuras pirmą kartą renginį „Gyventojų stiprybės bėgimą - už blavią Lietuvą“, suorganizavo 2013 metais gegužės 3 d. kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“ ir Žemaičių Naumiesčio sporto klubu „Žaibas“. Renginys, skirtas blaivybei ir sveikam gyvenimo būdai propaguoti. Renginio tikslas, kad vis daugiau žmonių bėgiotų ir atkreiptų dėmesį ne tik į blaivų gyvenimo būdą, fizinį aktyvumą, bet ir į dvasinės lietuvių kultūros puoselėjimą. Bėgimas vyko pylimu, Šyšos pakrantėmis link geležinkelio tilto ir tiek pat- atgal 3 kilometrai viso.

1.19.1. Paskelbta informacija „Sudalyvauk stiprybės bėgime – „Už blavią Lietuvą“ Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

Publikuotas straipsnis: Šilutės rajono laikraštyje „Šilutės naujienos“ 2013 m. gegužės 14 d. Nr. 36 (1004) „Pirmą mėnesio penktadienį – bėgimas už sveiką ir blavią Lietuvą“.

1.20. Šilutės mieste ir rajone buvo platinamas Biuro paruoštas informacinis lankstinukas „Gegužės 5 d. - Pasaulinė rankų higienos diena“. Išplatinta 150 vnt. lankstinukų.

Paskelbta informacija „Pasaulinė rankų higienos diena“ Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.21. Gegužės 10-oji – Judėjimo sveikatos labui diena. Biuras informuoja, kad judėjimas yra gyvybės, veiklumo ir aktyvumo požymis. Tą svarbu atsiminti ne tik Judėjimo sveikatos labui dieną – gegužės 10-ąją, bet ir kasdien. Pasaulio sveikatos organizacijos Europos biuro rekomendacijos: suaugusiems kasdien reikia bent 30 minučių vidutinio ar didelio intensyvumo fizinės veiklos, o vaikams ir jaunimui – ne mažiau valandos. Tokia reguliari fizinė veikla mažina tikimybę sirgti širdies ir kraujagyslių ligomis, kai kurių rūšių vėžiu, mažina depresijos ir nerimo simptomus bei tikimybę susirgti II tipo cukriniu diabetu, gali padėti palaikyti reikiamą kūno svorį ir išvengti kūno nutukimo.

Paskelbta informacija „Judėjimo sveikatos labui diena“ Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.22. Gegužės 31 d., minint Pasaulinę dieną be tabako, organizuota akcija „Gėlė vietoj cigaretės“. Buvo išdalinta 1 200 popierinių gėlių-lankstinukų su informacija apie rūkymo žalą. Popierinės gėlės pasiekė mokinius, kad jie susimąstytų apie rūkymą, parneštų gėles rūkantiems šeimos nariams ir pakviestų susimąstyti apie rūkymo žalą sveikatai. Popierinės gėlės buvo

išdalintos ne tik rajono Šilutės rajono bendrojo ugdymo mokyklose, prekybos centruose, vaistinėse, gydymo įstaigose ir viešose erdvėse padedant mokiniams.

1.22.1. Paskelbta informacija „Laikykite „Gėlę vietoj cigaretės“ Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.23. Minint Pasaulinę dieną be tabako buvo suorganizuota akcija „Gimiau nerūkanti“ arba „Gimiau nerūkantis“. Visuomenės sveikatos biuras surengė 2013 m. gegužės 31 d. akciją VšĮ Šilutės ligoninėje. Akcijos dalyviai: Šilutės rajono savivaldybės merė Daiva Žebelienė, Šilutės rajono savivaldybės administracijos direktoriaus pavaduotojas Alvidas Šimelionis, Savivaldybės narkotikų ir kontrolės komisijos pirmininkas, Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro direktorė Virginija Vaivadaitė. Akcijos metu marškinėliai su užrašu „Gimiau nerūkanti“ arba „Gimiau nerūkantis“ yra apdovanojami gegužės 31 dieną, Pasaulinę dieną be tabako gimę naujagimiai. Šilutėje 2013 m gegužės 31 d. gimė tik viena mergaitė. 2013 m. gegužės 30 d. gimė vienas berniukas ir viena mergytė, kurie taip pat buvo pasveikinti gimę Pasaulinės dienos be tabako išvakarėse.

1.23.1. Publikuoti straipsniai:

Publikuotas straipsnis: Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. birželio 4 d. Nr. 43 (2712) „Gėlė vietoj cigaretės“;

Šilutės rajono laikraštyje „Šilutės naujienos“ 2013 m. birželio 4 d Nr. 42 (1010) „Gimusiai nerūkymo dieną prašo leisti augti sveikiems“;

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt „Pasaulinė diena be tabako“;

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės interneto svetainėje <http://www.silute.lt:50080/go.php/lit/Pasaulinei> nerūkymo ir Vaikų gynimo dienai paminėti/1249;

Publikuota informacija Šilutės krašto žinios Žinios 1.lt. nuoroda <http://www.ziniosa.lt/naujiena/1949> „Pasaulinę dieną be tabako vadovai lankėsi Akušerijos-ginekologijos skyriuje.

1.24. Visuomenės sveikatos biuras visą 2013 m. gegužės mėnesį rengė kalnetikos treniruotes norintiems judėti ir palaikyti aktyvų gyvenimo ritmą. Surengta 7 kalnetikos užsiėmimai, dalyvių skaičius 78 dalyviai.

1.24.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. balandžio 19 d. Nr. 30 (2699) „Gegužės mėnesį Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras organizuoja nemokamus kalnetikos užsiėmimus“;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. balandžio 23 d. Nr. 30 (998) „Nemokamos kalnetikos treniruotės“;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. gegužės 14 d. Nr. 36 (1004) „Gegužės 10-oji Judėjimo sveikatos labui diena“.

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.25. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. gegužės mėnesį suorganizavo 5 Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus. Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir Šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 51.

1.26. Biuro parengta metodinė medžiaga „Būkime atsargūs prie vandens“, kurioje pateikti patarimai, kaip saugiai elgtis vandenyje, prie įvairių vandens telkinių, kaip suteikiama pagalba skęstančiajam. Informuojama, kas yra saulės smūgis, kada jis išstinka, kokie saulės smūgio simptomai ir kaip suteikiama pirmoji pagalba žmogui, kurį išstiko saulės smūgis. Pateikti patarimai, kaip išvengti saulės smūgio, kokios yra profilaktinės priemonės. Parengta metodinė medžiaga

„Būkime atsargūs prie vandens“ buvo platinama Šilutės rajono savivaldybės įteisintose maudyklose: Žemaičių Naumiesčio maudykloje, Kintuose prie Kuršių marių ir prie Atmatos upės.

Informacija „Būkime atsargūs prie vandens“ paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1. 27. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. birželio 4 d. suorganizavo kalanetikos treniruotę norintiems judėti ir palaikyti aktyvų gyvenimo ritmą. Dalyvių skaičius 18.

1.28. Biuras suorganizavo antrą kartą renginį „Sudalyvauk stiprybės bėgime – „Už blaivią Lietuvą“ kurį 2013 metais birželio 7 d. suorganizavo kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“ ir Žemaičių Naumiesčio sporto klubu „Žaibas“. Renginys skirtas blaivybei ir sveikam gyvenimo būdui propaguoti. Renginio tikslas, kad vis daugiau žmonių prisijungtų prie bėgimo ir atkreiptų dėmesį ne tik į blaivų gyvenimo būdą, fizinį aktyvumą, bet ir į dvasinės lietuvių kultūros puoselėjimą. Gegužės pirmąjį penktadienį bėgo 16 dalyvių, birželio pirmąjį penktadienį – 29 dalyviai. Bėgta 1,5 km pylimu bei Šyšos pakrantėmis link geležinkelio tilto ir atgal. Daugelis renginio dalyvių mėvėjo raudonos spalvos marškinėliais.

1.28.1. Publikuotas straipsnis: „Šilutės naujienose“ 2013 m. gegužės 14 d. Nr. 36 (1004) „Pirmą mėnesio penktadienį – bėgimas už sveiką ir blaivią Lietuvą“.

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.29. Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus Biuras suorganizavo 2013 m. birželio 8 d. Šilutėje. Dalyvavo daugiau kaip 30 įvairaus amžiaus žmonių. Užsiėmimus vedė Lietuvos Respublikos Šiaurietiškojo ėjimo asociacijos prezidentas Laimontas Rakauskas, kuris susirinkusius supažindino su Šiaurietiškojo ėjimo (judėjimo) forma. Užsiėmimo metu buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškas vaikščiojimas. Pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt.

1.29.1 Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. birželio 4 d. Nr. 43 (2712) Šilutės rajono savivaldybės gyventojų dėmesiui „Šiaurietiškas ėjimas 2013 m. birželio 8 d.“.

„Šilutės naujienos“ 2013 m. birželio 4 d. Nr. 42 (1010) „Birželio 8 d. 14.00 val. Šiaurietiškojo ėjimo žygis Šilutėje“.

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.30. Seminaras „Aktualūs sveikatos mokymo klausimai“, kurį 2013 m. birželio 11 d. suorganizavo Biuras kartu su Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centru.

1.30.1. Seminare skaityti pranešimai:

„Aktyvių sveikatos mokymo metodų panaudojimas vaikų sveikatos stiprinimui“, pranešėjas Zenonas Javtokas, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Sveikatos mokyklos direktorius, Vilniaus universiteto dėstytojas;

„Reikia išmokti sveikam išlikti“, pranešėjas Zenonas Javtokas, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Sveikatos mokyklos direktorius, Vilniaus universiteto dėstytojas.

Seminaras skirtas: seniūnams, seniūnijų darbuotojams, visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, bendrosios praktikos slaugytojams, sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojams, švietimo įstaigų darbuotojams bei visiems savivaldybių bendruomenių gyventojams, norintiems gauti naudingos informacijos apie sveiką mitybą ir gerą fizinę sveikatą. Seminaro dalyviams išduoti kvalifikacijos kėlimo pažymėjimai. Seminare dalyvavo daugiau kaip 67 dalyviai.

1.30.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. birželio 7 d. Nr. 44 (2713) seminaras „Aktualūs sveikatos mokymo klausimai“;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. birželio 4 d. Nr. 42 (1010)) seminaras „Aktualūs sveikatos mokymo klausimai“;

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.31. Renginį „Kai mūsų širdys plaka išvien“, kurį 2013 m. birželio 12 d. suorganizavo Biuras kartu su VšĮ „Šilutės sportu“, Socialinių paslaugų centru, Šilutės sporto mokykla. Renginio tikslas: kuo daugiau vaikų ir jaunimo sudominti ir paskatinti užsiimti pozityvia veikla, propaguoti sveiką gyvenseną, aktyviai dalyvauti sportiniame gyvenime, turiningai leisti vasaros atostogas. Renginio dalyviai: (7-12 metų) ir (13-16 metų) vaikų ir jaunimo grupės, kuriems reikalinga globa (nepilnose ar socialinių ir kitų problemų turinčiose šeimose augantys vaikai), kurie dalyvavo 3x3 krepšinio turnyro varžybose. (7-12 metų) – 5 komandos ir (13-16 metų) – 3 komandos. Renginyje dalyvavo 36 dalyviai. Renginio rezultatas - po 4 nugalėtojus iš kiekvienos amžiaus grupės iškovojo teisę dalyvauti finalinėse krepšinio turnyro varžybose tarp rajoninių komandų 2013 metais liepos 30 d. Trakuose.

1.31.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės naujienos 2013 m. birželio 18 d. Nr. 22 (159) Renginio „Kai mūsų širdys plaka išvien“ nugalėtojai varžysis respublikiniame finale;

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. birželio 18 d. Nr. 49 (2617) „Kai mūsų širdys plaka išvien“.

Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.32. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbta informacija „Birželio 26-oji – Tarptautinė kovos su narkomanija ir narkotikų kontrabanda diena“.

1.33. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. birželio mėnesį suorganizavo 6 šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir Šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 59.

1.34. Biuras suorganizavo renginį „Gyventojų stiprybės bėgimas - už blaivią Lietuvą“, kurį 2013 metais liepos 5 d. suorganizavo kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“. Renginys, skirtas blaivybei ir sveikam gyvenimo būdui propaguoti. Renginio tikslas, kad vis daugiau žmonių prisidėtų prie bėgimo ir atkreiptų dėmesį ne tik į blaivų gyvenimo būdą, fizinį aktyvumą, bet ir į dvasinės lietuvių kultūros puoselėjimą. Gegužės pirmąjį penktadienį bėgo 16 dalyvių, birželio pirmąjį penktadienį – 29 dalyviai, liepos pirmąjį penktadienį susirinko apie 10 dalyvių. Bėgome 1,5 km pylimu bei Šyšos pakrantėmis link geležinkelio tilto ir atgal. Renginio dalyviai mėvėjo geltonos spalvos marškinėlius.

1.34.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės naujienos 2013 m. birželio 18 d. Nr. 46 (1014) „Stiprybės bėgimas – Už blaivią Lietuvą“;

Šilutės naujienos 2013 m. liepos 2 d. Nr. 49 (1017) „Dalyvauk stiprybės bėgime – Už blaivią Lietuvą“;

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. liepos 9 d. Nr. 52 (2721) „Bėgimo akcija „Už blaivią Lietuvą“ palaiko ir šilutiškiai“.

Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.35. Renginį „Vienos valandos bėgimas „Lituanica mūsų širdy – 80“, skirtas 80-ųjų Stepono Dariaus ir Girėno skrydžio per Atlantą jubiliejinėms metinėms paminėti“, kurį 2013 m. liepos 14 d. suorganizavo Biuras kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“. Renginio dalyviai: Šilutės rajono Savivaldybės gyventojai ir svečiai. Dalyviai įvairaus amžiaus. Renginyje dalyvavo apie 20

dalyvių įvairaus amžiaus. Vienos valandos bėgimas vyko Šilutės miesto stadione, bėgimas takeliu aplink futbolo aikštę.

1.35.1. Publikuota informacija:

Publikuota informacija Šilutės krašto žinios, Žinios1.lt

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.36. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. liepos mėnesį suorganizavo 7 Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 69.

1.37. (7-12 metų) ir (13-16 metų) po 4 nugalėtojus iš kiekvienos amžiaus grupės dalyvavo finaliniame renginyje „Kai mūsų širdys plaka išvien“, kuris vyko 2013 metais liepos 30 d. Trakuose.

1.38. Biuras suorganizavo renginį „Gyventojų stiprybės bėgimą - už blaivią Lietuvą“, kurį 2013 metais rugpjūčio 2 d. suorganizavo kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“. Renginys skirtas blaivybei ir sveikam gyvenimo būdui propaguoti. Renginio tikslas, kad vis daugiau žmonių prisidėtų prie bėgimo ir atkreiptų dėmesį ne tik į blaivų gyvenimo būdą, fizinį aktyvumą, bet ir į dvasinės lietuvių kultūros puoselėjimą. Renginyje dalyvavo daugia kaip 20 dalyvių. Bėgo 1,5 km pylimu bei Šyšos pakrantėmis link geležinkelio tilto ir atgal.

Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.39. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. rugpjūčio mėnesį antradieniais ir ketvirtadieniais (10.00 val. ir 17.30 val.) organizavo kalanetikos treniruotes norintiems judėti ir palaikyti aktyvų gyvenimo ritmą. Suorganizuota 16 kalanetikos užsiėmimų, dalyvių skaičius - 240.

1.39.1. Publikuotas straipsnis: „Šilutės naujienose“ 2013 m. liepos 9 d. Nr. 51 (1019) „Kalanetika – karališka mankšta, viliojanti net tinginukus“.

Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt

1.40. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. rugpjūčio mėnesį suorganizavo 5 šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 50.

1.41. Informacijos pateikimas Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje „Sepsis: atpažink anksčiau, gydyk nedelsiant“.

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.42. Biuras suorganizavo renginį „Gyventojų stiprybės bėgimas - už blaivią Lietuvą“, kurį 2013 metais rugsėjo 6 d. suorganizavo kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“. Renginys skirtas blaivybei ir sveikam gyvenimo būdui propaguoti. Renginio tikslas, kad vis daugiau žmonių prisidėtų prie bėgimo ir atkreiptų dėmesį ne tik į blaivų gyvenimo būdą, fizinį aktyvumą, bet ir į dvasinės lietuvių kultūros puoselėjimą. Renginyje dalyvavo daugia kaip 20 dalyvių. Bėgta į uostą ir atgal.

1.42.1. Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt

Publikuotas straipsnis: Šilutiškis.lt 2013 m. rugsėjo 13 d. „Įvyko dar vienas bėgimas“.

1.43. Biuras suorganizavo nemokamą paskaitų ciklą Šilutėje, tai Arūno Jonušio naujų knygų „Su džok – gamtos dovanotas gydytojas“ I, II, III dalies pristatymas. Taškinio savimasažo pamokos, „Su džok terapija – tai natūrali delnų ir pėdų taškinio masažo ir savipagalbos sistema“, stiprinanti sveikatą bei padėjusi daugeliui žmonių įveikti įvairias sveikatos negalias. Tiksliai ir greitai diagnostika ir savidiagnostika, o efektyvumas jaučiamas jau paskaitos metu. Tiksliai veikiant taškus delnuose, įvairūs skausmai mažėja ir savijauta gerėja jau po kelių minučių.

1.43.1. Paskaitos apie sveiką mitybą, sveikatos atstatymą, streso mažinimą, savikorekcijos principus, dvasinį augimą, išminties ir darnos paieškas. Nemokamų paskaitų ciklas: 2013 m. rugsėjo 4 d., rugsėjo 11 d., rugsėjo 18 d., rugsėjo 25 d., (kiekvieną rugsėjo mėnesio trečiadienį) Šilutės seniūnijos salėje (Lietuvininkų g. 17). Kiekvienos paskaitos metu dalyvių susirinkdavo daugiau kaip šimtas.

1.43.2. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. rugpjūčio 30 d. Nr. 67 (2736) „Sveikatos dienos Šilutėje“; Šilutės seniūnijos salėje (Lietuvininkų g. 17) Nemokamų paskaitų ciklas 2013 m. rugsėjo 4 d., rugsėjo 11 d., rugsėjo 18 d., rugsėjo 25 d. (kiekvieną rugsėjo mėnesio trečiadienį);

Šilutės naujienos 2013 m. rugsėjo 3 d. Nr. 66 (1034) „Su džok“, mokytojas A. Jonuškis „Liga – galimybė pažadinti stebuklą“.

Paskelbta informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.44. „Europos judriajai savaitei“ paminėti skirta akcija „Mieste be automobilio“.

Akcijos tikslas - atkreipti visuomenės dėmesį į neigiamą transporto poveikį aplinkai, žmonių sveikatai, taip pat informuoti apie poreikį kovoti su tarša ir triukšmu, kurie atsiranda dėl intensyvėjančio transporto priemonių eismo miestuose; spręsti fizinio pasyvumo problemas, skatinant gyventojus vietoj lengvųjų automobilių naudoti alternatyvias transporto priemones ir keliavimo formas.

Rugsėjo 22 d. buvo apdovanoti aktyviausieji akcijoje dalyvavę Šilutės rajono savivaldybės gyventojai.

Akcijos metu Šilutės mieste išplatinta 200 vienetų informacinių lankstinukų „Rugsėjo 22 diena – Tarptautinė diena be automobilio“. 2013 m. akcijos šūkis „Švarus oras – tavo sprendimas!“ išdalinta atšvaitų.

1.44.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės naujienos 2013 m. rugsėjo 17 d. Nr. 70 (1038) „Europos judrioji savaitė ir Tarptautinė diena be automobilio“;

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. rugsėjo 13 d. Nr. 71 (2740) „Akcija „Tarptautinė diena be automobilio““;

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. rugsėjo 24 d. Nr. 74 (2743) „Šilutiškiai - Europos judriosios savaitės akcijoje „Diena be automobilio““;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. rugsėjo 24 d. Nr. 72 (1040) „Diena be automobilio „Vaikščioti pėsčiomis ir važinėti dviračiais linksta vis daugiau gyventojų““;

Šilutiškis.lt „Tarptautinė diena be automobilio“.

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.45. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. rugsėjo mėnesį suorganizavo 9 Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir Šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 71.

1.46. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. rugsėjo mėnesį antradieniais ir ketvirtadieniais (10.00 val. ir 17.30 val.) organizavo kalanetikos treniruotes norintiems judėti ir palaikyti aktyvų gyvenimo ritmą. Per rugsėjo mėnesį suorganizuota 16 kalanetikos užsiėmimų, dalyvių skaičius - 266.

1.46.1. Publikuotas straipsnis: „Šilutės naujienose“ 2013 m. spalio 8 d. Nr. 76 (1044) „Kalanetikos treniruotės išmankštino, pakėlė nuotaiką ir darbingumą“.

Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.47. Biuras suorganizavo renginį „Gyventojų stiprybės bėgimas- už blaivią Lietuvą“, kurį 2013 metais spalio 4 d. suorganizavo kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“. Renginys, skirtas blaivybei ir sveikam gyvenimo būdai propaguoti. Renginio tikslas, kad vis daugiau žmonių prisidėtų prie bėgimo ir atkreiptų dėmesį ne tik į blaivų gyvenimo būdą, fizinį aktyvumą, bet ir į dvasinės lietuvių kultūros puoselėjimą. Renginyje dalyvavo daugiau kaip 44 dalyviai. Bėgimas vyko dviem etapais: I - asis etapas 17.00 val. 28 dalyviai bėgo į Šilutės miesto stadioną, viso 3 kilometrai. II – asis etapas 17.30 val. 16 dalyvių bėgo į Šilutės uostą ir atgal.

1.47.1. Publikuotas straipsnis: Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. spalio 4 d. Nr. 77 (2746) Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras kartu su Šilutės sporto klubu „Leitė“ kviečia visus norinčius šilutiškius dalyvauti stiprybės bėgime – „Už blaivią Lietuvą“.

Publikuota informacija:

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje [www.silutessveikata.lt.](http://www.silutessveikata.lt;);

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės svetainėje [http://www.silutessveikata.lt.](http://www.silutessveikata.lt;)

Publikuota informacija šilutiškis.1lt Spalio 4 dieną organizuojamas paskutinis bėgimas „Už blaivą Lietuvą“.

1.48. Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus Biuras suorganizavo 2013 m. spalio 5 d. Šilutėje. Renginys skirtas Pasaulinei širdies dienai paminėti. Dalyvavo daugiau kaip 30 įvairaus amžiaus dalyvių.

Užsiėmimus vedė Lietuvos Respublikos Šiaurietiškojo ėjimo asociacijos prezidentas Laimontas Rakauskas, kuris susirinkusius supažindino su šiaurietiškojo ėjimo (judėjimo) forma. Užsiėmimo metu buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškas vaikščiojimas. Pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt.

1.48.1. Publikuoti straipsniai:

„Šilutės naujienose“ 2013 m. spalio 1 d. Nr. 74 (1042) „Šilutės rajono savivaldybės gyventojų dėmesiui „Šiaurietiškas ėjimas 2013 m. spalio 5 d. 14.30 val.“;

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. rugsėjo 27 d. Nr. 75 (2744) „Šilutės rajono savivaldybės gyventojų dėmesiui „Šiaurietiškas ėjimas 2013 m. spalio 5 d. 14.30 val.“;

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. spalio 4 d. Nr. 77 (2746) 2013 m. spalio 5 d. 14.30 val. „Visuomenės sveikatos biuras kviečia visus norinčius įvairaus amžiaus ir kompleksijos Šilutės rajono savivaldybės gyventojus“.

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje [www.silutessveikata.lt.](http://www.silutessveikata.lt;);

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės svetainėje <http://www.silutessveikata.lt.>

1.49. Minint „Pasaulio psichikos sveikatos dieną“ Biuras 2013 m. spalio 9 d. suorganizavo paskaitą-susitikimą „Mylėkime ir būkime laimingi“, skirtą Psichikos sveikatos dienai paminėti. Paskaitos lektorius klubo „Kelias į save“ vadovas Arūnas Jonuškis paaiškino, kad nelaimės ne tik prislegia, bet jos ir grūdina, paskatina ieškoti išeičių, keisti gyvenimą. Lektorius paaiškino tai – visai kitoks nei įprasta požiūris į save, į savo galimybes, į kasdieninius rūpesčius, į užklupusią ligą, į greta esantį, kartais – net įžeidžiantį žmogų. Tai galimybė mokytis ne tik kitokio požiūrio, bet ir bendravimo, mokytis naujų galimybių.

Paskaitos-susitikimo metu spalvų, muzikos, kvapų ir judesio terapijos. Užsiėmimo metu buvo lavinamos dvasinės emocijos, savęs priėmimo, atsipalaidavimo, atleidimo, ramybės, gerumo, meilės ir džiaugsmo sesijos. Išgyvendami šviesias emocijas mes sveikstame ir būname laimingi.

Susitikimo – paskaitos tikslas:

Kai prarandame šviesias emocijas, o jų vietą užpildo negatyvios emocijos, žmogus praranda gyvenimo džiaugsmą. Prarandame darną su savimi, su šeima ir supančia aplinka. Neigiamos emocijos naikina mūsų gyvenimą, o ateitis matoma per tamsius akinius. Kaip išsiveržti iš neigimo ir negatyvių emocijų pinklių? Kaip save kurti kaip šviesią, atvirą ir darnos ieškančią asmenybę. Paskaitoje- susitikime dalyvavo 54 žmonės.

1.49.1 Publikuotas straipsnis: Šilutės naujienos 2013 m. spalio 15 d. Nr. 78 (1046) „Mylėkime ir būkime laimingi“.

Paskelbta informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.50. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. spalio mėnesį suorganizavo 5 šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 50.

1.51. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. spalio mėnesį antradieniais ir ketvirtadieniais (10.00 val. ir 17.30 val.) organizavo kalanetikos treniruotes norintiems judėti ir palaikyti aktyvų gyvenimo ritmą. Suorganizuota 16 kalanetikos užsiėmimų, dalyvių skaičius - 266.

1.52. Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt:

„Lapkričio 8-oji – Europos sveikos mitybos diena“.

1.53. Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus Biuras suorganizavo 2013 m. lapkričio 16 d. Šilutėje ir rajono savivaldybės Inkaklių bendruomenėje. Dalyvavo daugiau kaip 30 įvairaus amžiaus žmonių.

Užsiėmimus vedė Lietuvos Respublikos Šiaurietiškojo ėjimo asociacijos prezidentas Laimontas Rakauskas, kuris susirinkusius supažindino su Šiaurietiškojo ėjimo (judėjimo) forma. Užsiėmimo metu buvo rodomi judesiai apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir Šiaurietiškas vaikščiojimas. Pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt.

1.53.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. lapkričio 12 d. Nr. 88 (2757) „Šilutės rajono savivaldybės gyventojų dėmesiui „Šiaurietiškas ėjimas 2013 m. lapkričio 16 d. 15.00 val.“;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. lapkričio 12 d. Nr. 85 (1053) „Šilutės rajono savivaldybės gyventojų dėmesiui „Šiaurietiškas ėjimas 2013 m. lapkričio 16 d. 15.00 val.“;

Šilutės naujienos“ 2013 m. lapkričio 26 d. Nr. 89 (1057) „Šiaurietiškas ėjimas Inkakliuose“. Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės svetainėje <http://www.silutessveikata.lt>

Paskelbta informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.54. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto puslapyje www.silutessveikata.lt paskelbta informacija „Lapkričio 14-oji Pasaulinė diabeto diena“. Minint Pasaulinę diabeto dieną, suteikta informacija gyventojams apie šią lėtinę ligą, kuria sergama, kai kasos beta ląstelės nebegamina tiek insulino, kiek jo kasdien reikia organizmui. Pateikta statistika, kiek šiuo metu Pasulyje sergančių cukriniu diabetu, kokios yra ateities prognozės. Pateikta informacija vadovaujantis Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenimis, kiek sergančiųjų cukriniu diabetu Šilutės rajono savivaldybėje pagal amžių, lytį ir gyvenamąją vietą (palyginti 2011 metų duomenys su 2012 metų duomenimis). Pateiktoje informacijoje nurodyti pagrindiniai cukrinio diabeto simptomai, į kuriuos reikėtų atkreipti dėmesį, taip pat kokia turi būti cukrinio diabeto profilaktika.

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt: „Lietuvoje daugėja cukriniu diabetu sergančių žmonių“.

1.55. Seminaras „Praktiniai ir teoriniai patarimai vaikų ir pagyvenusių žmonių sveikatos gerinimui“, kurį 2013 m. lapkričio 21 d. suorganizavo Biuras kartu su Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centru.

1.55.1. Seminare skaityti pranešimai:

„Aplinka ir vaikų sveikata“, pranešėjas dr. Albertas Barzda, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro direktoriaus pavaduotojas.

„Vaikų mitybos įpročiai ir jų pokyčiai pastaraisiais metais“, pranešėja dr. Roma Bartkevičiūtė, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro mitybos skyriaus vedėja.

„Pagyvenusių bei senų žmonių fizinis aktyvumas ir sveikata“, pranešėjas Remigijus Zumeras, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro, mitybos ir fizinio aktyvumo skyriaus vedėjas pavaduotojas.

1.55.2. Seminaras skirtas: visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, bendrosios praktikos slaugytojoms, sveikatos priežiūros įstaigų darbuotojams, švietimo įstaigų darbuotojams, visiems savivaldybių bendruomenių gyventojams, norintiems gauti naudingos informacijos apie sveiką mitybą ir gerą fizinę sveikatą. Seminaro dalyviams išduoti kvalifikacijos kėlimo pažymėjimai. Seminare dalyvavo daugiau kaip 82 dalyviai.

1.55.3 Rezultatas: Šilutės rajono savivaldybės gyventojai konferencijos metu sužinojo daug naudingos informacijos, kad vaikų sveikata priklauso ir nuo aplinkos, apie vaikų mitybos įpročius bei pokyčius pastaraisiais metais, apie pagyvenusių bei senų žmonių fizinio aktyvumo ir sveikatos ryšį.

1.55.4. Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbta informacija apie seminarą „Praktiniai ir teoriniai patarimai vaikų ir pagyvenusių žmonių sveikatos gerinimui“.

1.55.5. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. lapkričio 15 d. Nr. 89 (2758) Seminaras „Praktiniai ir teoriniai patarimai vaikų ir pagyvenusių žmonių sveikatos gerinimui“.

Šilutės naujienos 2013 m. lapkričio 19 d. Nr. 87 (1055) Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras kviečia į seminarą „Praktiniai ir teoriniai patarimai vaikų ir pagyvenusių žmonių sveikatos gerinimui“.

Šilutės naujienos 2013 m. lapkričio 26 d. Nr. 89 (1057) „Mobilusis telefonas – ne tik naudingas, bet ir žalingas“.

1.56. Biuras suorganizavo 2013 m. lapkričio 22 d. seminarą-konferenciją „Raktas į laimingesnį gyvenimą“, tai žalingų įpročių prevencijos vykdymas, skirtas paminėti lapkričio 15 -ąją „Nerūkymo dieną“.

1.56.1. Seminaras konferencija, skirta: Šilutės rajono savivaldybės mokyklų vadovams, pavaduotojams, pedagogams, socialiniams darbuotojams. Seminare dalyvavo daugiau kaip 82 dalyviai.

Seminaro dalyviams išduoti kvalifikacijos kėlimo pažymėjimai.

1.56.2. Rezultatas: konferencijos-seminaro dalyviai supažindinti su prevencijos vykdymo aktualijomis, taikoma metodika bei strategija politikoje, policijoje, mokykloje, žiniasklaidoje bei bendruomenėje. Pažymėta, kad „kasmet pasaulyje nuo rūkymo sukeltų ligų miršta apie 5 mln. Žmonių, tai yra 140 tūkst., kasdien. Jei ši statistika nesikeis, tai 2025 metais mirs apie 10 mln. žmonių. Dalyviai sužinojo, kad tabako rūkymas yra labiausiai paplitusi priklausomybės liga, kuri tarptautinėje ligų kvalifikacijoje žymima, kaip psichikos ir elgesio sutrikimas vartojant tabaką. Plintantis tabako vartojimas tampa vis aktualesne pasaulio gyventojų sveikatos problema dėl didėjančio sergamumo ir mirtingumo nuo tabako sukeltų ligų.

1.56.3. Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbta informacija apie seminarą-konferenciją „Raktas į laimingesnį gyvenimą“.

Publikuotas straipsnis Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. lapkričio 29 d. Nr. 93 (2762) „Atsisakantieji žalingų įpročių gauna raktą į laimesnę gyvenimą“.

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. lapkričio 15 d. Nr. 89 (2758) „Praktiniai ir teoriniai patarimai vaikų ir pagyvenusių žmonių sveikatos gerinimui“.

1.57. Akcija „Kviečiame dalyvauti Europos ŽIV tyrimų savaitės iniciatyvoje lapkričio 25-29 d.“

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras ir VšĮ Šilutės ligoninė pakvietė rajono gyventojus nemokamai pasitikrinti nuo ŽIV (žmogaus imunodeficito).

1.57.1. Svarbiausias akcijos tikslas – per ŽIV laboratorinių tyrimų naudos sklaidą paskatinti daugiau žmonių išsitiirti dėl ŽIV ir sumažinti vėlyvosios ŽIV infekcijos diagnozės atvejų. Akcija skirta paminėti gruodžio 1 d. - Pasaulinę AIDS dieną .

1.57.2. Rezultatas: Akcijos metu siekiama, kad kuo daugiau pasitikrintų žmonių. Kodėl Europos ŽIV tyrimų savaitė reikalinga?, Kodėl naudinga pasitikrinti dėl ŽIV?, Jeigu ŽIV infekcija bus nustatyta pavėluotai.

1.57.3. Renginio organizatoriai: Užkrečiamųjų ligų ir AIDS Centras (ULAC), VšĮ Šilutės ligoninė, Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras.

1.57.4. Publikuoti straipsniai:

Šilutės rajono laikraštyje „Šilutės naujienos“ 2013 m. lapkričio 26 d Nr. 89 (1057) „Kviečiame dalyvauti Europos ŽIV tyrimų savaitės iniciatyvoje lapkričio 25-29 d.“;

Šilutės rajono laikraštyje „Šilutės naujienos“ 2013 m. gruodžio 3 d Nr. 91 (1059) „Lietuvoje sergamumas ŽIV auga. Šilutėje norinčių išsitiirti buvo mažai“;

Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt „Kviečiame dalyvauti Europos ŽIV tyrimų savaitės iniciatyvoje lapkričio 25-29 d.“.

1.58. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt, paskelbta apie tai, kad asmens sveikatos priežiūros įstaigos vykdo šias valstybines ankstyvosios diagnostikos ir profilaktikos programas:

Priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą (50-75 m. amžiaus vyrams, atliekama kas dveji metai);

Gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencinių priemonių programą (25-60 m. amžiaus moterims, atliekama kas 3 metai);

Atrankinės moterų mamografinės patikros dėl krūties vėžio programą (50-69 m. amžiaus moterims, atliekama kas 2 metai).

Asmenų, priskirtinų širdies ir kraujagyslių ligų didelės rizikos grupei, atrankos ir prevencijos priemonių programą (50-65 m. amžiaus moterims ir 40-55 m. amžiaus vyrams, atliekama 1 kartą metuose).

Vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programą (6-14 m. amžiaus vaikams).

1.59. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. lapkričio mėnesį suorganizavo 9 šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 81.

1.60. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. lapkričio mėnesį antradieniais ir ketvirtadieniais (10.00 val. ir 17.30 val.) organizavo kalnetikos treniruotes norintiems judėti ir palaikyti aktyvų gyvenimo ritmą. Suorganizuota 16 kalnetikos užsiėmimų, dalyvių skaičius - 266.

1.61. Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus Biuras suorganizavo 2013 m. gruodžio 7 d. Šilutėje ir rajono savivaldybės Inkaklių bendruomenėje. Dalyvavo daugiau kaip 30 įvairaus amžiaus dalyvių.

Užsiėmimus vedė Lietuvos Respublikos Šiaurietiškojo ėjimo asociacijos prezidentas Laimontas Rakauskas, kuris susirinkusius supažindino su šiaurietiškojo ėjimo (judėjimo) forma. Užsiėmimo metu buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir šiaurietiškas vaikščiojimas. Pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt.

1.61.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. gruodžio 3 d. Nr. 94 (2763) Šilutės rajono savivaldybės gyventojų dėmesiui „Šiaurietiškas ėjimas 2013 m. gruodžio 7 d. 11.30 val. Šilutėje, 14.00 val. Inkakliuose“;

„Šilutės naujienos“ 2013 m. 2013 m. gruodžio 3 d. Nr. 91 (1059) „Šilutės rajono savivaldybės gyventojų dėmesiui „Šiaurietiškas ėjimas 2013 m. gruodžio 7 d. 11.30 val. Šilutėje, 14.00 val. Inkakliuose“.

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės svetainėje <http://www.silutessveikata.lt>

Patalpinta informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

1.62. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. gruodžio mėnesį suorganizavo 6 Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmus Šilutės rajono savivaldybės gyventojams, kuriems buvo rodomi judesiai, apšilimas, lazdų, skirtų vaikščioti, individualus parinkimas ir Šiaurietiškojo ėjimo pastebėtų klaidų taisymas, mokymasis tempimo pratimų ir kt. Dalyvių skaičius - 86.

1.63. Visuomenės sveikatos biuras 2013 m. gruodžio mėnesį antradieniais ir ketvirtadieniais (10.00 val. ir 17.30 val.) organizavo kalnetikos treniruotes norintiems judėti ir palaikyti aktyvų gyvenimo ritmą. Suorganizuota 12 kalnetikos užsiėmimų, dalyvių skaičius - 222.

2. Savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą)

2.1. Šilutės rajono savivaldybėje visuomenės sveikatos stebėseną vykdoma pagal Šilutės rajono savivaldybės tarybos 2012 m. vasario 23 d. sprendimą Nr. T1-303 „Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2012–2014 metų programą“. Programoje yra nustatyti Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos tikslai ir uždaviniai, jų įgyvendinimo priemonės, apimtis, finansavimo šaltiniai bei vertinimo kriterijai. Programą sudaro šios pagrindinės renkamų rodiklių dalys: demografinė situacija, socialinė ekonominė situacija, sveikatos būklė, fizinės aplinkos veiksniai, sveikatos priežiūros išteklių ir veiklos rodikliai, gyvenimo rodikliai.

2.2. Rodikliai ir duomenys surinkti iš Lietuvos statistikos departamento, Oficialiosios Statistikos portalo, Higienos instituto Sveikatos informacijos centro, Respublikinės tuberkuliozės ir infekcinių ligų universitetinės ligoninės, Valstybinio psichikos sveikatos centro, Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos, UAB „Šilutės vandenys“, Klaipėdos teritorinės ligonių kasos ir kitų kompetentingų institucijų periodinių statistinių, mokslinių leidinių, duomenų bazių bei ataskaitų.

2.3. 2013 metais buvo renkami Šilutės rajono savivaldybės 2012 metų visuomenės sveikatos rodikliai. Surinkti duomenys saugomi ir analizuojami sukurtoje kompiuterinėje duomenų bazėje.

2.4. Remiantis Visuomenės sveikatos stebėsenos (monitoringo) įstatymu, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro nustatyta savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos vykdymo ir kontrolės tvarka, bendrosiomis savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos atlikimo rekomendacijomis bei Šilutės rajono savivaldybės tarybos patvirtinta Programa, atlikta 2012 m. Šilutės rajono gyventojų demografinės, socialinės ekonominės būklės, mirtingumo, sergamumo, aplinkos rodiklių, sveikatos priežiūros išteklių ir veiklos, prevencinių programų įgyvendinimo situacijos analizė bei pateiktos rekomendacijos.

2.5. Įgyvendinant Šilutės rajono savivaldybės mokyklinio ugdymo įstaigų mokinių stebėseną atlikta 2013 metų mokinių sergamumo analizė. Dažniausiai pasitaikantys sveikatos sutrikimai tarp Šilutės rajono bendrojo ugdymo mokyklų mokinių yra šie: regos sutrikimai (20 proc.), skeleto-raumenų sistemos sutrikimai (15,5 proc.) ir kraujotakos sistemos sutrikimai (8,7 proc.).

2.6. Biuras, bendradarbiaudamas su Higienos instituto Sveikatos informacijos centru, atliko anketinę anoniminę apklausą 65 metų amžiaus ir vyresnių asmenų sveikatos netolygumai Lietuvoje. Apklausa buvo vykdoma 2013 metų birželio – liepos mėnesiais. Apklauskos tikslas: nustatyti ir įvertinti sergamumo, ligotumo 2003-2012 m. ir mirtingumo 2002-2011 m. pagrindinėmis ligomis, kuriomis serga 65 metų amžiaus ir vyresni asmenys, netolygumus Lietuvoje. Įvertinti ambulatorinių sveikatos paslaugų prieinamumo netolygumus 65 metų amžiaus ir vyresnių asmenų požiūriu. Nustatyti demografinių, socialinių ir ekonominių veiksnių sąsają su 65 metų amžiaus ir vyresnių asmenų subjektyviu savo sveikatos vertinimu. Buvo apklausti Šilutės rajono savivaldybės 50 miesto ir kaimo gyventojų.

2.7. Biuras, bendradarbiaudamas su Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centru, atliko Lietuvos gyventojų mitybos ir fizinio aktyvumo tyrimą.

Tyrimo tikslas – anketiniu apklausos būdu ištirti ir įvertinti Lietuvos suaugusiųjų (19-65 m. ir pagyvenusių (vyresnių nei 65 m. amžiaus) gyventojų mitybos įpročius bei faktišką mitybą; apskaičiuoti kūno masės indeksą bei įvertinti gyventojų fizinio aktyvumo būklę. Remiantis tyrimo duomenimis bus rengiamos sveikos mitybos rekomendacijos, organizuojami mokymai specialistams ir visuomenei apie tinkamą mitybą bei galimus sprendimo būdus ir pan.

3. Visuomenės sveikatos programų Savivaldybėje įgyvendinimas

3.1. Apie Alkoholio, tabako, narkotinių bei psichotropinių medžiagų vartojimo prevencijos ir kontrolės programos įgyvendinimą Šilutės rajono savivaldybėje. Buvo inicijuoti ir suorganizuoti įvairūs renginiai, paskaitos, pranešimai, konkursai, projektai, akcijos, įvairių filmų peržiūros alkoholio, tabako, narkotinių ir psichotropinių medžiagų vartojimo prevencijos tema.

3.1.1. Paminėtos šios datos:

Pasaulinė diena be tabako (gegužės 31 d.);

Tarptautinė nerūkymo diena.

3.1.2. Parengti straipsniai spaudai bei Biuro interneto svetainėje (www.silutessveikata.lt) apie alkoholio, tabako bei narkotikų vartojimo daromą socialinę ir ekonominę žalą sveikatai.

3.1.3. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras parengė 2 straipsnius tema „Gimiau nerūkantis (-i) ir „Tarptautinė nerūkymo diena“.

3.1.4. Mokyklų visuomenės sveikatos priežiūros specialistai parengė informacinius lankstinukus, atmintines, standus apie psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevenciją.

Rezultatas: Popierinės gėlės pasieks mokinius, kad jie susimąstytų apie rūkymą. Parneštų gėlės rūkantiems šeimos nariams ir pakviestų susimąstyti apie rūkymo žalą sveikatai.

3.2. Įgyvendinant Šilutės rajono savivaldybės tarybos 2010-04-24 sprendimu Nr. T1-1306 patvirtintą Šilutės rajono savivaldybės tuberkuliozės profilaktikos ir kontrolės 2010-2013 metų programos priemonių planą (atlikti šie darbai):

3.2.1. Kovo 24-oji – „Tarptautinė tuberkuliozės diena“. Informacijos pateikimo tikslas – supažindinti visuomenę su tuberkulioze – pavojinga užkrečiamąja liga, būdinga Šilutės rajonui. Pateikta trumpa ir išsami informacija apie šią ligą: užsikrėtimo ir ligos paplitimo būdai, sergamumas pagal lytį, ligos eiga, padariniai, komplikacijos, gydymo eiga, profilaktikos priemonės, elgesys sergant tuberkulioze. Pateikta tuberkuliozės epidemiologinė situacija Šilutės rajone.

Šilutės mieste ir rajone buvo platinami biuro paruošti informaciniai lankstinukai „Tuberkuliozės profilaktika ir kontrolė“. Išplatinta 150 vnt. lankstinukų.

3.2.2 Konferencija „Kovo 24-oji – Tarptautinė tuberkuliozės diena“, kurią 2013 m. kovo 26 d. suorganizavo Biuras.

Konferencijoje skaityti pranešimai:

„Tuberkuliozės problemos Lietuvoje“. Pranešėja dr. Edita Davidavičienė, VĮ Vilniaus universitetinės ligoninės Santariškių klinikos filialo Infekcinių ligų ir tuberkuliozės ligoninės Tuberkuliozės registro ir programų skyriaus vedėja;

„Tuberkuliozės epidemiologinė situacija ir aktualijos Šilutės rajone“. Pranešėja Ina Kuznecova, Klaipėdos visuomenės sveikatos centro Užkrečiamųjų ligų profilaktikos ir kontrolės skyriaus vedėjo pavaduotoja.

4. Visuomenės sveikatos specialiosios rėmimo programos projektai

4.1. Įgyvendintas projektas „Fizinio aktyvumo skatinimas Šilutėje: nuo ligų – Šiaurietiškam ėjimui buvo įsigyta šiaurietiškojo ėjimo mokymo inventorius: 8 poras reguliuojamojo ilgio šiaurietiškojo ėjimo lazdų.

4.2. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras nuo 2013 m. sausio 29 d. pakvietė visus norinčius įvairaus amžiaus ir kompleksijos Šilutės rajono savivaldybės gyventojus į organizuojamus Biuro šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimus.

4.3. 2013 metais nuo sausio mėnesio iki metų gruodžio 31 d. buvo suorganizuoti 99 šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimai, kurių metu buvo propaguojama neįprasta sporto šaka, tinkanti bet kokio amžiaus ir kompleksijos žmonėms. Buvo stengiamasi suburti pastovius užsiėmimų dalyvius, kurie 2013 metais, Biurui už projektui skirtas lėšas įsigijus šiaurietiškojo ėjimo mokymo inventorius, ir toliau sudarys sąlygas dar aktyviau dalyvauti rengiamuose užsiėmimuose, tam skirtu, visiems priimtiniu laiku (pagal galimybes – tam tikroms žmonių grupelėms).

5. Vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimas

5.1. Mokinių sveikatos priežiūra rajone vykdoma vadovaujantis Lietuvos Respublikos teisės aktais bei Sveikatos priežiūros Šilutės rajono mokyklose tvarkos aprašu, patvirtintu Šilutės rajono savivaldybės tarybos 2009-10-01 sprendimu Nr. T1-1095 „Dėl sveikatos priežiūros Šilutės rajono mokyklose tvarkos aprašo“. Mokyklos sveikatos priežiūros specialistas (ė) savo darbe vadovaujasi Lietuvos Respublikos teisės aktais, Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro nuostatais, Biuro direktoriaus įsakymais, Darbo tvarkos taisyklėmis ir pareiginiiais nuostatais.

5.2. Organizuojant sveikatos priežiūrą Savivaldybės mokyklose, 2013 m. įvykdyta 8 susirinkimai, kurių metu buvo planuojama sveikatos priežiūros mokyklose veikla, analizuojamos esamos problemos, ieškoma jų sprendimo būdų, aptariami būsimi sveikatinimo renginiai mokyklose.

5.3. Apibendrintą informaciją iš mokyklų pagal gydytojo išduotus Vaiko sveikatos pažymėjimus (forma Nr. 027-1/a) Biurui pateikia visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, vykdamas mokinių sveikatos priežiūrą mokyklose. Suvestinės duomenys kaupiami, lyginami ir atsižvelgiant į jų duomenis yra planuojamos veiklos priemonės.

5.4. Atlikus mokinių 2013 metų profilaktinių patikrinimų duomenų analizę, pagal Vaiko sveikatos pažymėjimų formas Nr. 027-1/a, buvo nustatyta, kad Šilutės rajone 2013 m. mokėsi iš 5 709 mokiniai, visi jie profilaktiškai pasitikrino sveikatą (100 proc.).

5.5. Analizės rezultatai parodė, kad Šilutės rajono bendrojo ugdymo mokyklų mokinių dažniausi sveikatos sutrikimai yra šie: regos sutrikimai (20 proc.), skeleto-raumenų sistemos sutrikimai (15,5 proc.) ir kraujotakos sistemos sutrikimai (8,7 proc.). Regos ir skeleto raumenų sistemos sutrikimų atvejų skaičius turi tendenciją mažėti.

5.6. Taip pat 2013 m. analizė parodė, kad 82,4 proc. mokinių turi normalų kūno masės indeksą, 10,8 proc. – per mažą, 5,3 mokinių turi antsvorį, o 1,5 proc. mokinių yra nutukę.

5.7. Pagrindinei fizinio ugdymo grupei priklauso 91,6 proc., parengiamajai – 4,2 proc., specialiajai 3,2 proc. mokinių. Nuo kūno kultūros pamokų atleistas 1 proc. mokinių.

Profilaktinio sveikatos patikrinimo metu pas odontologus apsilankė tik 63,2 proc. mokinių.

5.8. 8,8 proc. pasitikrinusių pas odontologą mokinių nustatytos pavienių dantų patologijos, 8 proc. – žandikaulių patologijos. Tarp pasitikrinusių pas odontologą mokinių rasti 1 149 pieniniai karieso pažeisti dantys ir 2 493 nuolatiniai - taip pat karieso pažeisti dantys.

5.9. 4,1 proc. mokinių ugdymo proceso metu gydytojai rekomenduoja laikytis tam tikrų apribojimų. 0,6 proc. mokinių ugdymo proceso metu gali prireikti skubios pagalbos.

5.10. 39 proc. Vaiko sveikatos pažymėjimų užpildyti nepilnai arba neteisingai.

5.11. 42,4 proc. mokinių yra visiškai sveiki ir neturi jokių sveikatos sutrikimų.

5.12. Vaikų sveikatos sutrikimų analizė padeda formuoti profilaktines programas, kurių pagrindinis tikslas – tarp mokyklinio amžiaus vaikų mažinti sergamumą ir rizikos veiksnių paplitimą.

5.13. Minėtų susirgimų pagrindinės priežastys yra mokinių netaisyklingas sėdėjimas pamokų metu (netaisyklingai pasirinktas suolas, avalynė, kuprinė ir kt.), mažas fizinis aktyvumas, laisvalaikio leidimas prie televizoriaus ir kompiuterio, netaisyklinga mityba ir kt. Siekiant mažinti regos sutrikimų plitimą, ypatingas dėmesys turi būti skiriamas mokinio darbo vietos apšvietimui, taip pat laiko, praleidžiamo prie televizoriaus ir kompiuterio, ribojimui. Naudingi specialūs akies ir bendrus kūno raumenis stiprinantys pratimai. Svarbu ir tai, kad sveikatos priežiūros specialistas mokykloje pasirūpintų silpnaregių mokinių sėdėjimo vieta klasėje (silpniau matantys vaikai turėtų sėdėti pirmuosiuose suoluose). Mokinių sveikatos sutrikimus daugiausia lemia mokinio gyvenama ir aplinka. Laikysenos sutrikimų ir skoliozės atvejų profilaktikai būtina užtikrinti mokinių suolų funkcinį dydį pagal ūgį (namuose – kėdės ir rašomojo stalo dydį), optimalų kuprinės svorį (rekomenduojama – ne daugiau 10 % mokinio kūno masės), kontroliuoti mokinių sėdėseną, sėdimojo režimo laiką, palaikyti fizinį aktyvumą. Laikysenos sutrikimų galima išvengti atliekant fizinius tempimo pratimus.

SVEIKATOS PRIEŽIŪRĄ MOKYKLOSE VYKDANTYS SPECIALISTAI

Specialistų etatų skaičius	Specialistų skaičius	Specialistų pasiskirstymas pagal užimamą etatą				Specialistų išsilavinimas (specialybė)		
		1 ir daugiau	0,5-1,0	iki 0,5	pagal priedą	visuomenės sveikatos	slaugytojos	kita
1*	2*	3*	4*	5*	6*	7	8	9
4,25 (gyvenamosiose vietovėse, turinčiose 3 000 ir daugiau gyventojų)	6	2	2	2	-	2	4	-
8,25 (gyvenamosiose vietovėse, turinčiose mažiau kaip 3 000 gyventojų)	10	3	3	4	-	3	7	-

* Nurodyti atskirai gyvenamosiose vietovėse, turinčiose 3 000 ir daugiau gyventojų, ir gyvenamosiose vietovėse, turinčiose mažiau kaip 3 000 gyventojų.

5.14. Sveikatos priežiūra mokykloje vykdoma pagal mokyklos sveikatos priežiūros veiklos planą, kurį rengia mokyklos administracija kartu su visuomenės sveikatos priežiūros specialistu, atsižvelgdama į mokyklos poreikius ir vykdomos visuomenės sveikatos priežiūros nacionalinius ir vietos prioritetus. Visuomenės sveikatos priežiūros specialisto darbo planą tikrina Vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistas, o tvirtina Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro direktorius.

5.15. Visuomenės sveikatos biuro specialistai 2013 m. vasario – kovo mėnesiais supažindino Šilutės rajono savivaldybės bendrojojo ugdymo mokyklų I-klasės mokinius su svarbiausiomis

asmens higienos temomis: Kas yra asmens higiena? Kūno švara; Rankų higiena; Plaukų priežiūra; Nosies higiena; Ausų higiena; Akių higiena; Burnos higiena; Drabužių ir avalynės higiena; Asmens higienos reikmenys“.

5.15.1. Rezultatas: Mokiniai sužinojo, kaip reikia prižiūrėti savo rankas, plaukus, ausis, odą, nosį. Priminta mokiniams, kaip svarbu tinkamai pasirūpinti savo akimis ir burnos bei drabužių-avalynės higiena. Mokiniai atliko praktines užduotis, žaidė pamokančių asmens higieną žaidimų, kurias buvo paruošęs Biuras. Buvo įteikti Biuro paruošti diplomai „Su asmens higienos taisyklėmis susipažinau ir jas išmokau“.

5.16. Šilutės rajono savivaldybės Vainuto vidurinės mokyklos mokytojai, klasių vadovai, mokiniai, Vainuto bendruomenė 2013 m. balandžio 25 d. 9.45-14.00 val. kartu su Visuomenės sveikatos biuru suorganizavo renginį „Sveikame kūne – sveika siela!“. Renginys skirtas prisijungimo prie Europos sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo 20-osioms metinėms paminėti ir dalyvauti nacionaliniame renginyje „Sveikatą stiprinančių mokyklų banga per Lietuvą“.

5.16.1. Renginio tikslas: propaguoti sveikatą stiprinančios Vainuto vidurinės mokyklos idėją kaip sveikatos stiprinimo mokykloje ir Vainuto bendruomenėje organizavimo pavyzdį.

5.16.2. Renginio uždavinys:

1. skatinti mokinių pasitikėjimą savo galimybėmis stiprinti savo ir artimųjų sveikatą ir kurti sveikatai palankią aplinką.
2. puoselėti gerus tarpusavio santykius ir sveikatai palankią mokyklos aplinką;
3. stiprinti visos mokyklos bendruomenės narių sveikatą ir gerovę;
4. prisidėti prie mokinių sveikos gyvensenos įgūdžių formavimo ir jų sveikatinimo veiklos kompetencijų ugdymo;
5. glaudžiai bendradarbiauti su partneriais ir dalintis patirtimi.

5.16.3. Renginio metu buvo organizuojami įvairūs sporto, sveikatinimo, šokių ir kiti renginiai. Renginio organizatoriai ir dalyviai buvo apdovanoti Biuro padėkos raštais.

5.16.4. Publikuotas straipsnis: „Šilutės naujienos“ 2013 m. gegužės 14 d. Nr. 36 (1004) Sveikatinimo renginys „Sportuojantys Vainuto mokiniai įtraukė ir miestelio bendruomenę“.

Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt, paskelbta informacija apie nacionalinį renginį „Sveikatą stiprinančių mokyklų banga per Lietuvą“.

5.17. Šilutės rajono savivaldybės Saugų Jurgio Mikšo pagrindinė mokykla karu su Biuru 2013 m. balandžio 26 d. 9.00-14.00 val. suorganizavo renginį „Sporto šventė“. Sporto šventė skirta prisijungimo prie Europos sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo 20-osioms metinėms paminėti ir dalyvauti nacionaliniame renginyje „Sveikatą stiprinančių mokyklų banga per Lietuvą“.

5.17.1. Renginio tikslai:

1. Propaguoti sveiką gyvenimo būdą per sveiką mitybą;
2. Skleisti Saugų Jurgio Mikšo pagrindinės mokyklos idėjas, kaip sveikatos stiprinimo mokykloje ir Saugų bendruomenėje organizavimo pavyzdį.
3. Ugdyti sveikos gyvensenos įpročius sportuojant su draugais.

Renginio dalyviai buvo apdovanoti Biuro padėkos raštais ir atminimo simboline vėliavėle „Sveikatą stiprinančių mokyklų banga per Lietuvą“.

5.17.2. Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt informacija apie konferenciją „Akimirkos iš Saugų Jurgio Mikšo pagrindinės mokyklos šventės“.

5.18. 2013 m. balandžio 30 d. Visuomenės sveikatos biuras dalyvavo Švėkšnos „Saulės“ gimnazijos konkurse „Išgelbėk draugą“. Konkurso tikslas: įvertinti 5-8 klasių mokinių žinias apie pirmos pagalbos teikimo principus, ugdyti sveikos mitybos įpročius. Konkurso dalyviai buvo 5-8 klasių mokiniai. Dalyvavo daugiau kaip 46 mokiniai. Konkurso nugalėtojai apdovanoti Visuomenės sveikatos biuro Padėkos raštais „Išgelbėk draugą“.

5.19. Biuras 2013 m. birželio 13 d. 10.00 val. Šilutės sporto mokyklos salėje suorganizavo renginį „Kai mūsų širdys plaka išvien“. Renginio tikslas – pritraukti kuo daugiau vaikų ir jaunimo užsiimti pozityvia veikla, propaguoti sveiką gyvenseną, aktyviai dalyvauti sportiniame gyvenime, turiningai praleisti vasaros atostogas.

5.19.1. Renginio dalyviai: (7-12 metų) ir (13-16 metų) vaikų ir jaunimo grupės, kuriems reikalinga globa (nepilnose ar socialinių ir kitų problemų turinčiose šeimose augantys vaikai), kurie dalyvavo 3x3 krepšinio turnyro varžybose.

5.19.2. Rezultatas: Po 4 nugalėtojus iš kiekvienos amžiaus grupės iškovojo teisę dalyvauti finalinėse krepšinio turnyro varžybose tarp rajoninių komandų 2013 metais liepos 30 d. Trakuose.

Paskelbta informacija „Kai mūsų širdys plaka išvien“ Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

5.20. Publikuotas straipsnis Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt „Pasirūpinkite vaiko sveikatos pažymėjimu“. Informacijos pateikimo tikslas buvo priminti, kaip svarbu, kad mokiniai pasitikrintų savo sveikatą ir Vaiko sveikatos pažymėjimą pristatytų į savo mokymo įstaigą visuomenės sveikatos priežiūros specialistui (-ei). Profilaktiniai tikrinimai ne tik padės laiku nustatyti ir išgydyti negalavimus ar sveikatos sutrikimus, bet suteiks puikią galimybę aptarti su savo šeimos gydytoju pagrindinius ligų prevencijos bei sveiko gyvenimo būdo ugdymo principus.

5.20.1. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. rugpjūčio 20 d. Nr. 64 (2733) „Pasirūpinkime vaiko sveikatos pažymėjimu“;

Šilutės naujienos 2013 m. rugpjūčio 20 d. Nr. 62 (1030) „Pasirūpinkime vaiko sveikatos pažymėjimu“.

Publikuota informacija Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

5.21. Informacijos pateikimas Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje „Atšvaistas gali išgelbėti gyvybę“.

5.22. Informacijos pateikimas Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje „Mokyklinė kuprinė ir privalumai“.

5.23. Visuomenės sveikatos biuro specialistai 2013 m. rugsėjo 19 d. pagerbė Šilutės rajono savivaldybės Vainuto gimnazijos mokytojus ir mokinius, kurie buvo užsiregistravę dalyvauti akcijoje, „Tarptautinė diena be automobilio“ ir kurie į mokyklą eina pėsčiomis. Buvo apdovanoti Biuro padėkos raštais ir atminimo dovanėlėmis aktyviausi Šilutės rajono savivaldybės Vainuto gimnazijos mokiniai. Šilutės rajono savivaldybės Vainuto gimnazijos mokiniams buvo dalijami atšvaitai, informaciniai lankstinukai. Informacinis lankstinukas „Rugsėjo 22 diena – Tarptautinė diena be automobilio „Švarus oras – tavo sprendimas!“.

5.24. Visuomenės sveikatos biuro specialistai 2013 m. rugsėjo 20 d. pagerbė Šilutės rajono savivaldybės Traksėdžių pagrindinės mokyklos mokytojus ir mokinius, kurie užsiregistravę Biuro organizuojamoje akcijoje, „Tarptautinė diena be automobilio“ bei buvo skatinami prisidėti prie šios akcijos ir vietoj patogaus automobilio naudoti alternatyvias keliavimo formas – keliauti dviračiu ar pėsčiomis. Buvo apdovanoti Biuro padėkos raštais ir atminimo dovanėlėmis aktyviausi mokiniai. Biuro darbuotojai mokiniams dalijo atšvaitus, informacinius lankstinukus. Informacinis lankstinukas „Rugsėjo 22 diena – „Tarptautinė diena be automobilio“ Švarus oras – tavo sprendimas!“.

5.25. Šilutės rajono savivaldybės mokyklose rugsėjo 16-27 d. buvo vykdoma akcija „Mokyklinė kuprinė, kokia ji?“, skirta 1-6 klasių mokiniams bei jų tėveliams.

5.25.1. Akcijos tikslas – atkreipti tėvelių dėmesį į vaikų turimą kuprinę, kuri turi būti speciali mokyklinė, o ne turistinė ar buitinė, kad vaikas nešiotų kuprinę ant abiejų pečių. Akcijos metu buvo siekiama priminti tėveliams, kad būtina mažuosius prižiūrėti, kad jie nesinešiotų

nereikalingų daiktų, kurie dar labiau pasunkina kuprinės svorį bei padidina našta mokiniams. Akcijos dienomis buvo sveriamos mokinių kuprinės, sveriami vadovėliai, pratybų sąsiuviniai bei patys, mokiniai tam, kad būtų galima įvertinti, ar kuprinės svoris yra optimalus (kai pilnos kuprinės svoris sudaro ne daugiau kaip 10 procentų kūno svorio), ar didžiausias leistinas (kas sudaro 15 procentų), ar kuprinės svoris viršija šias ribas, taip žalodamas augančio vaiko organizmą.

5.25.2. Akcijoje dalyvavo: 1767 mokinių iš Šilutės rajono savivaldybės.

5.25.3. Rezultatai: parodė, kad 63,4 proc. mokinių (abs. sk. 1120), dalyvavusių akcijoje, kuprinės svoris yra optimalus ir nesiekia daugiau kaip 10 proc. viso kūno svorio. 29,7 proc. mokinių (abs. sk. 525 mokinių) kuprinių svoris yra didesnis nei leistinas. Per sunkias kuprines, kurių svoris daugiau kaip 15 proc. kūno svorio nešioja 6,7 proc. mokinių (abs. sk. 122 mokinių). Dauguma mokinių nešioja kuprines su dviem diržais (919 berniukų ir 787 mergaitės). Nors pastaruoju metu dažnai primenama, kad, esant prastam orui bei tamsiam paros metui, svarbu ne tik turėti atšvaitą, tačiau tinkamai jį nešioti, tačiau net 30,7 proc. mokinių (abs. sk. 543 atšvaito nenešioja). Pasvėrus kuprines, vaikams išdalintos „Atmintinės tėveliams“, kuriose nurodytos rekomendacijos dėl kuprinės svorio, kokybės ir tinkamo nešiojimo.

5.25.4. Publikuoti straipsniai:

Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. spalio 22 d. Nr. 82 (2751) „Kuprinių svėrimo akcija“.

Šilutės naujienos 2013 m. spalio 22 d. Nr. 80 (1048) „Kas septintas vaikas neša per sunkią kuprinę“.

Paskelbta Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt Informacija „Apie kuprinių svėrimo akciją“.

5.26. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras lapkričio mėnesį 16 Šilutės rajono savivaldybės bendrojo ugdymo mokyklose buvo organizuota paskaita „Ar žalingi įpročiai tavo draugai?“. Paskaita buvo skirta „Tarptautinei nerūkymo dienai“ paminėti. Paskaitas skaitė Klaipėdos miesto savivaldybės narkotikų kontrolės komisijos narys, Klaipėdos skyriaus pirmininkas, Klaipėdos miesto savivaldybės bendruomenės sveikatos tarybos narys Artūras Šiukšta.

5.26.1. Rezultatas: Lektorius susirinkusiesiems pasakojo, kad prie alkoholio priprantama palaipsniui. Pradžią taip vadinamas kultūringas gėrimas, kai geriama nedaug ir tik retsykiais. Vėliau išgėrinėjimas dažnėja, o gėrimo porcija didėja. Taip palaipsniui išsivysto priklausomybė ir tampama alkoholiku, todėl labai svarbu laiku pastebėti problemą ir sustoti, o geriausia – nepradėti svaigalų vartoti apskritai. Kaip kad medis kertamas nuo šaknų, taip ir gresiančią priklausomybę reikia pastebėti laiku ir rauti ją su šaknimis. Buvo parodyta, kokią galią turi reklama. Alkoholinių gėrimų ir tabako pramonės kompanijos stengiasi savo prekę įbrukti bet kokia kaina, todėl labai apgalvotai sukuria šūkius, kad kuo daugiau jaunų žmonių vartotų jų prekes.

Pranešėjas priminė ir apie tiesioginę žalą žmogaus organizmui, kurią padaro cigarečių ir alkoholio vartojimas. Alkoholis naikina nervines ląsteles, prastina atmintį, suvokimą, o nikotinas labiausiai užteršia plaučius ir kraujagysles.

Lektorius paprastai ir aiškiai dėstė, kad alkoholis suluošina žmogų socialiai, atima iš jo darbą, šeimą, draugus. O visuomenė tokio žmogaus ima šalintis. Buvo išgirsta ir apie cigarečių neigiamą poveikį.

Lektorius diskutavo, ar tinka jaunam žmogui rūkyti, kiek kainuoja cigaretės, kodėl vaikai rūko. Išvada tokia, kad jaunimas nori būti „arčiau suaugusiųjų pasaulio“, todėl stengiasi daryti tą patį, ką daro vyresni žmonės.

5.27. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras pakvietė Šilutės rajono savivaldybės bendrojo ugdymo mokyklas ir ikimokyklinio ugdymo įstaigas dalyvauti 2013-2014 m. tarptautiniame mokinių, pedagogų ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistų konkurse „Sveikuolių sveikuoliai“.

5.27.1. Šilutės rajono savivaldybėje konkursas, organizuotas nuo 2013 m. lapkričio 13 d. iki lapkričio 19 d.

5.27.2. Konkurso užduotys buvo pasirinktos iš LMNŠC pateiktų variantų, kurias likus 10 dienų iki konkurso etapo pradžios paskelbė užduočių banko administratorius interneto svetainėje adresu www.ssus.lt. Komisija peržiūrėjo užduotis ir nusprendė visoms konkurso dalyvių amžiaus grupėms pateikti po 6 užduotis, įskaitant užduotį pedagogui bei sveikatos priežiūros specialistui. Užduotys konkurso dalyviams pateiktos užklijuotuose vokuose atitinkamai kiekvienai amžiaus grupei. Užduotys, sudarytos iš testo ir praktinių užduočių–klausimų atsakymų sveikos gyvensenos tematika, kryžiažodžių sprendimas; užduotys žalingų įpročių prevencinės veiklos klausimais: tabako, alkoholio vartojimo, užduotys žmogaus saugos klausimais: saugus eismas, elgesys užsidegus elektros prietaisui namuose, elgesys žaibuojant lauke, pirmoji pagalba nudegus/užspringus ir t.t; komandų kapitonų rungtys: loginės užduotys; pedagogo bei sveikatos priežiūros specialisto užduotys.

1-4 klasių mokinių amžiaus grupėje dalyvavo 9 komandos iš Traksėdžių, Saugų Jurgio Mikšo, Pašyšių, Usėnų, Pamario pagrindinių mokyklų, Žibų pradinės ir Vainuto gimnazijos. Kiekvieną komandą sudarė mokiniai, mokytojas, sveikatos priežiūros specialistas.

5-6 klasių mokinių amžiaus grupėje dalyvavo tik dvi mokyklos,- tai Saugų Jurgio Mikšo pagrindinė mokykla ir Švėkšnos „Saulės“ gimnazijos mokiniai. Taip pat buvo pateiktos 6 užduotys. Pirmąją vietą laimėjo Saugų Jurgio Mikšo pagrindinė mokykla.

7-8 klasių mokinių amžiaus grupėje dalyvavo 4 komandos,- tai Juknaičių, Gardamo, Pašyšių, Usėnų pagrindinių mokyklų komandos, kurioms buvo taip pat pateiktos 6 užduotys. Dvi komandos surinko vienodą balų skaičių ir buvo pateikta papildoma užduotis (testas – sveikos gyvensenos klausimais). Pirmąją vietą laimėjo Juknaičių pagrindinė mokykla.

9-11 klasių mokinių amžiaus grupėje dalyvavo 5 mokyklos,- tai Vainuto, Švėkšnos „Saulės“, Vydūno, Šilutės pirmoji ir Žemaičių Naumiesčio gimnazijos. Pateiktos 6 užduotys. Pirmąją vietą laimėjo mokykla esanti „Sveikatą stiprinančių mokyklų tinkle“,- tai Vainuto gimnazijos mokiniai.

Ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų grupėje dalyvavo 7 komandos, kurioms taip pat buvo pateiktos 6 užduotys. Dalyvavo: Žibų pradinės mokyklos Grabupių skyriaus mišri priešmokyklinė grupė, lopšelis-darželis „Žibutė“, lopšelis-darželis „Gintarėlis“, lopšelis-darželis „Pušėlė“, lopšelis-darželis „Ažuoliukas“, lopšelis-darželis „Raudonkepuraitė“, lopšelis-darželis „Žvaigždutė“. Pirmąją vietą laimėjo lopšelis-darželis „Žibutė“, antrąją vietą lopšelis-darželis „Pušėlė“, trečiąją vietą Žibų pradinės mokyklos Grabupių skyriaus mišri priešmokyklinė grupė.

5.27.3. **Publikuoti straipsniai:**

1. Šilutės ir Pagėgių krašto laikraštyje „Pamarys“ 2013 m. lapkričio 15 d. Nr. 89 (2758) „Rungtyniavo sveikuolių sveikuoliai“.

2. „Šilutės naujienos“ 2013 m. gruodžio 10 d. Nr. 93 (1061) „Rajono moksleiviai - „Sveikuolių sveikuoliai“.

Publikuota informacija:

Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt.

5.28. Biuras informavo visuomenę, kad kiekvienais metais lapkričio 18 d. Lietuvoje ir visoje Europoje minima Europos supratimo apie antibiotikus diena, kurios tikslas – informuoti visuomenę apie teisingą antibiotikų vartojimą, atsakingą požiūrį gydantis antibiotikais.

5.28.1. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbtas renginio aprašymas „Teisingas antibiotikų vartojimas šiandien – išsaugota gyvybė rytoj“.

5.29. Biuras kartu su Šilutės rajono savivaldybės Martyno Jankaus pagrindinės mokyklos dailės mokytoja ir mokiniais suorganizavo piešinių konkursą „Išskirtinės kokybės vaisiai ir daržovės iš ūkininkų daržo ant mokinių pietų stalo“. Piešiniuose atsispindėjo sveiko maisto vertė ir nauda bei konkurso dalyviai dalijosi patarimais renkantis sveikus maisto produktus.

5.29.1. Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbtas renginio aprašymas „Išskirtinės kokybės vaisiai ir daržovės iš ūkininkų daržo ant mokinių pietų stalo“ Šilutės rajono savivaldybės Martyno Jankaus pagrindinėje mokykloje.

5.30. Biuras kartu su Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centru bei Šilutės žemės ūkio mokykla suorganizavo 2013 m. lapkričio 29 d. 11.00 val. proto mūšį „AIDS:geriau žinoti“. Proto mūšis skirtas Pasaulinei AIDS dienai paminėti. Gruodžio 1-ąją visame pasaulyje paminėta kovos su AIDS diena.

5.30.1. Renginio tikslas:

1. Atkreipti dėmesį apie ŽIV/AIDS problemas pasaulyje ir Lietuvoje.
2. Teikti informaciją apie ŽIV/AIDS žalą.
3. Ugdyti dorines nuostatas, atsakomybę už save ir kitą žmogų.
4. Skatinti naudotis įgytomis žiniomis.

5.30.2. Renginio dalyviai: Šilutės žemės ūkio mokyklos mokiniai ir dėstytojai. Proto mūšyje dalyvavo 13 komandų. 12 komandų sudarė mokiniai ir vieną komandą mokytojai.

5.30.3. Rezultatas: Proto mūšio dalyviai pripažino, kad geriausia ŽIV prevencija – atsakingas elgesys. Daugybės šalių pavyzdžiai rodo, kad tai gali būti efektyvu.

5.30.4. Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbta informacija apie Proto mūšį „AIDS:geriau žinoti“.

5.31. Biuras kartu su Žemaičių Naumiesčio gimnazija suorganizavo 2013 m. gruodžio 3 d. 14.00 val. Konkursą „Tai liečia ir mus“. Konkursas skirtas Pasaulinei AIDS dienai paminėti.

5.31.1. Renginio dalyviai: Šilutės rajono bendrojo ugdymo mokyklų 8 klasių mokinių komandos. Konkurse dalyvavo aštuntos klasės komandos: iš Saugų Jurgio Mikšo pagrindinės mokyklos, Kintų vidurinės mokyklos, Žemaičių Naumiesčio gimnazijos 8a ir 8b klasių mokiniai.

5.31.2. Rezultatas: Konkurso dalyviai pripažino, kad geriausia ŽIV prevencija – atsakingas elgesys. Daugybės šalių pavyzdžiai rodo, kad tai gali būti efektyvu.

Komandoms atlikus įvairias užduotis, šauniausia pripažinta Kintų vidurinės mokyklos komanda, II vietą užėmė Saugų Jurgio Mikšo pagrindinė mokykla, III vieta atiteko Žemaičių Naumiesčio gimnazijos 8a klasės komandai.

5.31.3 Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbta informacija apie konkursą „Tai liečia mus“.

Publikuotas straipsnis: „Šilutės naujienos“ 2013 m. gruodžio 10 d. Nr. 93 (1061) „Naumiestiškiečiai nori gyventi be AIDS“.

5.32. Biuras kartu su Vainuto gimnazija suorganizavo 2013 m. gruodžio 6 d. popietę „Sveikos gyvensenos virusas“. Popietė, skirta Pasaulinei AIDS dienai paminėti.

5.32.1. Popietėje „Sveikos gyvensenos virusas“ dalyvavo 8 komandos iš Vainuto gimnazijos mokinių.

5.32.2. Publikuota informacija: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.silutessveikata.lt paskelbta informacija apie popietę „Sveikos gyvensenos virusas“.

5.33. 2013 m. gruodžio 13 d. Šilutės žemės ūkio mokykloje, Turizmo paslaugų ir verslo mokyklose paskaitą „Ar žalingi įpročiai tavo draugas“ skaitė Klaipėdos miesto savivaldybės narkotikų kontrolės komisijos narys, Klaipėdos miesto savivaldybės bendruomenės sveikatos tarybos narys Artūras Šiukšta.

KITA SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTŲ VEIKLA MOKYKLOSE

1. Be pirmosios pagalbos teikimo ir konsultacijų, sveikatos ugdymo visuomenės sveikatos priežiūros specialistai (tės) mokyklose vykdo ir kitas teisės aktais numatytas funkcijas.

2. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai vykdo traumų registraciją. Esant poreikiui teikia informaciją mokyklos vadovams apie traumų prevencines priemones.

3. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai teikia pagalbą kūno kultūros mokytojams, komplektuojant fizinio ugdymo grupes, sudaro fizinio pajėgumo grupių sąrašus, pagal galimybes budi sporto renginiuose.

4. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai renka informaciją apie kasmetinius mokinių sveikatos profilaktinius patikrinimus, apibendrina informaciją ir pristato ją mokyklos bendruomenei, teikia informaciją bendrai Savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitai. Informacija apie mokinių sveikatos sutrikimų būklę registruojama pagal bendrosios praktikos gydytojų išduotą „Vaiko sveikatos pažymėjimą“ (forma Nr. 027-1/a).

5. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai dalyvauja mokyklos vaiko gerovės darbo grupėse, sprendžiančiose mokinių psichologines, adaptacijos ir socialines problemas.

6. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai vykdo užkrečiamųjų ligų epidemiologinę priežiūrą: gripo epidemijos metu skaičiuoja, kiek mokinių neatvyksta į mokyklą, vykdo pedikuliozės profilaktinius tikrinimus pagal patvirtintą tvarką.

6. Visuomenės sveikatos biuro veiklos problemos:

6.1. Savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras nepakankamai ir ne laiku gauna finansavimą iš Sveikatos apsaugos ministerijos. Savivaldybei tvirtinant biudžetą, nėra žinomas finansavimas iš valstybės biudžeto. Vėlai sudaromos sveikatinimo veiklos sutartys trukdo bei apsunkina Biuro veiklą.

6.2. Sveikatos priežiūros mokyklose vėluojantis finansavimas, nes vėluojant sveikatos priežiūros mokyklose iš PSDF finansavimo todėl, Savivaldybė negali laiku išmokėti darbo užmokesčio visuomenės sveikatos priežiūros specialistams (pvz., už 2013 m. sausio, vasario, kovo mėnesius).

6.3. Neaiškūs finansavimo kriterijai;

6.4. Dėl neužbaigtų mokyklų renovacijų ne visose mokyklose įkurti sveikatos priežiūros kabinetai, pritaikyti sveikatos priežiūros veiklai;

6.5. Didelė dalis mokyklų visuomenės sveikatos priežiūros specialistų bendradarbiauja su tėvais, tačiau toks bendradarbiavimas jų netenkina, dėl tėvų abejingumo vaikų sveikatai;

6.6. Susiduriama su sunkumais organizuojant sveikatos ugdymą mokykloje, dėl didelio mokymosi krūvio vaikus sunku įtraukti į sveikatingumo renginius, rasti tinkamą laiką pokalbiams, paskaitėlėms, kadangi tam nenumatytos valandos ugdymo plane

6.6. Žmogiškųjų išteklių ir patirties vykdant visuomenės sveikatos priežiūrą trūkumas.
