

## **ELEKTRĖNŲ SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2024 METŲ VEIKLOS PLANAS**

### **I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (toliau – biuras) 2024 m. veiklos plane (toliau – planas) iškeltas siekiamas tikslas ir uždaviniai, jų įgyvendinimo priemonės, vertinimo kriterijai ir laukiami rezultatai.
2. Planas parengtas vadovaujantis:
  - 2.1. Pasaulio sveikatos organizacijos dokumentu „Sveikata visiems XXI a.“, Europos Sąjungos visuomenės sveikatos programa; Lietuvos sveikatos 2014–2025 metų programa; Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerijos 2024 m. visuomenės sveikatos veiklos prioritetais; Elektrėnų savivaldybės 2024–2026 metų strateginiu veiklos planu, Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2022 m. ataskaita;
  - 2.2. Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymu;
  - 2.3. Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymu;
  - 2.4. Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos stebėsenos (monitoringo) įstatymu;
  - 2.5. Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymu.

### **II SKYRIUS SITUACIJOS ANALIZĖ**

3. Demografinė situacija:
  - 3.1. Elektrėnų savivaldybėje pastaraisiais metais gyventojų skaičius didėjo, gimstamumo rodiklis 1000 gyventojų mažėjo – 7,5 (2021 m. - 8,1), mirtingumo rodiklis neženkliai mažėjo – 16,1 (2021 m. – 17,7). Natūrali kaita išliko neigiama, taip pat natūralus prieaugis 1000 gyventojų didėjo – -8,5 (2021 m. - -9,6). Vidutinis metinis gyventojų skaičius Elektrėnų savivaldybėje 2022 m. buvo 23861 (2021 m. buvo 23449 gyventojai), tai yra 412 gyventojų daugiau nei 2021 metais.
  - 3.2. Vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė padidėjo – 74,6, 2021 m. – 73,6 metai.
  - 3.3. 2022 m. kaime gyveno 7840 asmenys, t. y. 32,86 proc. (2021 m. gyveno 7832 asm. (33,40 proc.), t. y. 8 asmenimis daugiau nei 2021 m. tuo pačiu metu. Miestuose gyvena 16021 žmonės, t. y. 67,14 proc. savivaldybės gyventojų. Miesto ir kaimo gyventojų santykis beveik nepakito. Vyrų dalis sudaro 48,6 proc. (2021 m. – 47,77 proc.) visų savivaldybės gyventojų, moterų dalis – 51,4 proc. (2021 m. – 52,23 proc.), moterų dalis 0,83 proc. padidėjo ir sumažėjo 0,83 proc. vyrų dalis.
  - 3.4. Lietuvos statistikos departamento duomenimis, 2022 metais padidėjo darbingo amžiaus asmenų skaičius 2021 metais – 14 740 asm., 2022 m. – 14 944 asm. (didėjo 204 asm., o pernai – buvo sumažėję 471 asm.), pensinio amžiaus asmenų skaičius 2021 metais – 4459 asm., o 2022 metais – 4509 (50 asmenų daugiau nei prieš metus); o sumažėjo vaikų 0–17 metų amžiaus grupėje (2022 m. – 17,4 proc., 2021 m. – 17,5 proc.). Vaisingo amžiaus (15–49 m.) moterų dalis sumažėjo 0,4 proc. (2022 metais sudarė 38,8 proc., 2021 – 39,2 proc.)
4. Sergamumo rodikliai:

4.1. Elektrėnų savivaldybėje, kaip ir Lietuvos Respublikoje, buvo įvertinta gyventojų sveikatos ir socialinio gyvenimo situacija, nagrinėjamos problemos, susijusios su alkoholio, tabako, narkotinių medžiagų vartojimu, ieškoma priemonių gerinti savivaldybės gyventojų sveikatos būklę, analizuojami sergamumo rodiklių pokyčiai. Nustatyta, kad susirgusių (sergamumas) asmenų Elektrėnų savivaldybėje 2022 m. užregistruota 22363 asm. (2021 m. – 22272 asm.), vaikų (0–17 m.) – 4153 asm. (2021 m. – 4056 asm.), jaunuolių (14–29 m.) sergamumas 2022 m. – 900 asm. (2021 m. – 856 asm.).

4.2. Pagal Higienos instituto sveikatos informacijos centro duomenis, 2022 m. Elektrėnų savivaldybėje stebime sergamumo rodiklių didėjimą:

4.2.1. infekcinės ir parazitų sukeltos ligos – 1814 atv. (2021 m. – 1414 atv.);

4.2.2. sergamumas kraujo ir kraujodaros organų ligomis – 926 atv. (2021 m. – 889 atv.).

5. Mirtingumo rodikliai:

5.1. Elektrėnų savivaldybėje 2022 m. užregistruota 383 mirties atvejų (2021 m. – 416 atv.). Pagrindinės mirties priežastys yra kraujotakos sistemos ligos – 188 atv. (2021 m. – 196 atv.), iš jų nuo cerebrovaskulinių ligų – 56 atv. (2021 m. – 52 atv.), nuo piktybinių navikų – 60 atv. (2021 m. – 63 atv.), kvėpavimo sistemos ligų – 14 atv. (2021 m. – 8 atv.).

5.2. Padidėjo mirtingumas nuo cerebrovaskulinių ligų – 56 atv., (2021 m. – 52 atv.).

5.3 Šiek tiek sumažėjo mirtingumas nuo išorinių mirties priežasčių – 28 atv. (2021 m. – 29 atv.), nuo kraujotakos sistemos ligų – 188 atv. (2021 m. – 196 atv.).

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

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

7. Uždaviniai:

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

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

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

7.4. Stiprinti visuomenės psichologinę gerovę, psichikos sveikatą ir gyventojų streso valdymo įgūdžius, dėmesį telkiant į psichologinių paslaugų prieinamumą.

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

8. Plano įgyvendinimo partneriai:

8.1. Elektrėnų savivaldybės administracija;

8.2. Elektrėnų savivaldybės viešosios asmens sveikatos priežiūros įstaigos;

8.3. Elektrėnų savivaldybės ugdymo įstaigos;

8.4. Elektrėnų savivaldybės bendruomenės;

8.5. Elektrėnų savivaldybės švietimo paslaugų centras;

8.6. Elektrėnų savivaldybės sporto centras;

- 8.7. Elektrėnų savivaldybės socialinių paslaugų įstaigos;
- 8.8. Elektrėnų savivaldybės kultūros centrai, daugiafunkciai centrai;
- 8.9. Elektrėnų savivaldybės nevyriausybinės organizacijos.

## **V SKYRIUS PLANO FINANSAVIMO ŠALTINIAI**

10. Valstybės biudžeto lėšos.
11. Elektrėnų savivaldybės biudžeto lėšos.
12. Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšos.
13. Projektinės lėšos.
14. Kiti šaltiniai.

## **VI SKYRIUS PLANO VERTINIMO KRITERIJAI**

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

## **VII SKYRIUS LAUKIAMI REZULTATAI**

20. Padidės Elektrėnų savivaldybės gyventojų informuotumas sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo klausimais.
21. Padidės gyventojų dalyvavimas prevencinėse programose bei su sveikatinimo veikla susijusiuose organizuojamuose renginiuose.
22. Elektrėnų savivaldybės ugdymo įstaigų vaikai daugiau įgis žinių apie sveikatą ir jos rizikos veiksnius.
23. Elektrėnų savivaldybės ugdymo įstaigų vaikai įgis daugiau sveikos gyvensenos įgūdžių.
24. Padaugės teikiamų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų skaičius Elektrėnų savivaldybės gyventojams.
25. Pagerės Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro paslaugų kokybė ir įvairovė.

## VIII. PRIEMONIŲ PLANAS

Eil. Nr.	Sveikatos ugdymo ir mokymo renginiai, informavimo veiksmai	Pranešimai, paskaitos, pamokos, diskusijos, debatai, konkursai, viktorinos, varžybos ir kiti vieši renginiai		Įgyvendinimo laikotarpis
		renginių / valandų sk.	dalyvių sk.	
<b>1.</b>	<b>Psichikos sveikatos stiprinimas. Visuomenės psichikos sveikatos priežiūra, psichikos ir elgesio sutrikimų profilaktika</b>			
1.1.	Ankstyvosios intervencijos, skirtos nereguliariai vartojantiems psichoaktyviausias medžiagas ar eksperimentuojantiems jomis jaunuoliams, vykdymas	2	11	II-IV ketv.
1.2.	Priklausomybės konsultantų paslaugų teikimo savivaldybėse organizavimas	240	240	Visus metus
1.3.	Bazinių savižudybių prevencijos mokymų organizavimas savivaldybių gyventojams	3	50	I-IV ketv.
1.4.	Savižudybių prevencijos, intervencijos ir postvencijos paslaugų koordinavimas	3	100	Visus metus
1.5.	Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų teikimo savivaldybėse organizavimas:			
1.5.1.	Individualios psichologo konsultacijos	660 val.	110	Visus metus
1.5.2.	Grupiniai psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo užsiėmimai	150 val.	120	Visus metus
<b>2.</b>	<b>Lėtinių neinfekcinių ligų bei traumų profilaktika</b>			
2.1.	Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių formavimas ir skatinimas:	16	271	Visus metus
2.1.1.	Gyventojų sveikos mitybos įgūdžių formavimo ir skatinimo užsiėmimai	12	200	Visus metus
2.1.2.	Sveikos gyvensenos grupiniai užsiėmimai/paskaitos (jaunimui)	2	30	Visus metus
2.1.3.	„Rakto skylutės“ produktų ženklo plėtra	1	1	Visus metus
2.1.4.	Europos sveikos mitybos diena	1	40	III ketv.

2.2.	Cukrinio diabeto prevencija:			
2.2.1.	Preveninės akcijos „Gliukozės kiekio kraujyje matavimas“	6	300	I-IV ketv.
2.2.2.	Konferencija, skirta diabeto prevencijai	1	80	III-IV ketv.
2.2.3.	Rugsėjis – širdies meniu	1	50	III-IV ketv.
2.6.	Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas bendruomenėse:			
2.6.1.	Pirmos pagalbos užsiėmimai bendruomenėms	6	360	I-IV ketv.
2.6.2.	Preveniniai renginiai „Būk matomas ir saugus“	2	175	II-III ketv.
2.6.3.	Preveninis renginys „Pasitikime vasarą saugiai“	1	75	II ketv.
2.3.	Gyventojų (iki 64 m. amžiaus) fizinio aktyvumo skatinimas:			
2.3.1.	Žiemos pėsčiųjų žygis	1	150	I ketv.
2.3.2.	Vasaros pėsčiųjų žygis	1	150	II ketv.
2.3.3.	Šiaurietiško ėjimo žygiai	4	40	I-IV ketv.
2.3.4.	Reguliarūs sportiniai užsiėmimai vakarais	140	210	I-IV ketv.
2.4.	Vyresnio amžiaus žmonių (65 metų ir daugiau) fizinio aktyvumo skatinimas:			
2.4.1.	Reguliarūs fizinio aktyvumo užsiėmimai senjorams	55	82	I-IV ketv.
2.4.2.	Šiaurietiško ėjimo užsiėmimai	10	28	I-IV ketv.
2.5.	Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto prevencija			
2.5.1.	Sveikatos stiprinimo programos vykdymas	18	34	I-IV ketv.
<b>3.</b>	<b>Užkrečiamųjų ligų profilaktika:</b>			
3.1.	Užkrečiamųjų ligų prevencijos skatinimas ir supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas – užsiėmimai, paskaitos bendruomenėse	5	125	I-IV ketv.
3.2.	Europos supratimo apie antibiotikus dienos paminėjimas	1	25	III-IV ketv.
<b>4.</b>	<b>Visuomenės sveikatos stebėseną</b>			
4.1.	Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2023 m. ataskaita	1	200	IV ketv.
4.2.	CO2 matavimas ugdymo įstaigose, analizės pristatymas	1	200	IV ketv.
4.3.	Kuprinių svėrimo akcija	1	200	III-IV ketv.
4.4.	Mokyklinio amžiaus vaikų (5-7-9 klasių) gyvensenos stebėsenos tyrimas	1	600	I-II ketv.
<b>5.</b>	<b>Bendros sveikatinimo veiklos:</b>			

5.1.	Renginys „Vasaris- sveikatingumo mėnuo“ (atvirų durų dienų, sveikų kokteilių gamyba jaunimo erdvėse, žiemos žygis, pirmos pagalbos užsiėmimai gyventojams, sveikatos stotelės organizacijose)	5	500	I ketv.
5.2.	Sveikatos dienos biure	3	60	I-IV ketv.
5.3.	Kraujo donorystės dienos	4	160	I-IV ketv.
5.4.	Keliaujančios sveikatos stotelės (renginių metu, bendruomenėse, organizacijose, įmonėse)	4	250	I-IV ketv.
5.5.	Biuro dešimtmečio konferencija	1	50	II ketv.
5.6.	Vaikų vasaros stovykla	1	25	III ketv.
<b>6.</b>	<b>Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų koordinacinio centro priemonių planas</b>			
6.1.	Lytiškai plintančių ligų ir neplanuoto nėštumo prevencija:			
6.1.1.	Neplanuoto nėštumo prevencijos užsiėmimai. Lytiškumo ugdymas	3	15	I-III ketv.
6.2.	Seksualinio smurto prevencija:			
6.2.1.	Grupiniai užsiėmimai. Seksualinis smurtas romantiniuose santykiuose	3	20	I-IV ketv.
6.2.2.	Grupiniai užsiėmimai. Bendraamžių spaudimas. Stereotipų įtaka. Ribos ir jų brėžimas	2	20	III-IV ketv.
6.2.3.	Paskaita. Pavojai internete. Saugumas socialiniuose tinkluose	3	20	II-IV ketv.
6.3.	Depresijos prevencija:			
6.3.1.	Mokymai jaunimui „Kaip nugalėti stresą“	3	20	II-IV ketv.
6.3.2.	Depresijos testas. Depresijos požymiai. Kaip išvengti depresijos	3	15	III ketv.
6.3.3.	Orientacinės žaidynės	1	60	III ketv.
6.4.	Sveika mityba. Antsvorio ir nutukimo prevencija:			
6.4.1.	Sveiko maisto edukacijos ir maisto gamyba	6	15	I-IV ketv.
6.5.	Fizinis aktyvumas:			
6.5.1.	Žiemos žygis'24	1	150	I ketv.
6.5.2.	Vasaros žygis'24	1	150	III ketv.
6.5.3.	Fitneso treniruotės su trenerio priežiūra ir konsultacija	9	10	II-IV ketv.
6.6.	Psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencija:			
6.6.1.	Mokymai apie psichoaktyvių medžiagų žalingą poveikį	6	15	I-IV ketv.
6.6.2.	Prevencinis susitikimas su Elektrėnų PK specialistais	2	20	II ir IV ketv.
6.6.3.	Psichoaktyvių medžiagų prevencijos projekto įgyvendinimas	14	300	II-IV ketv.

6.7.	Alkoholio vartojimo prevencija:			
6.7.1.	Protmūšis apie alkoholio vartojimo žalą	5	15	I-IV ketv.
6.8.	Savižudybių ir savižalos prevencija:			
6.8.1.	Dviračių žygis savižudybės dienai paminėti	1	30	III ketv.
6.8.2.	Nepatogus kinas peržiūra savižudybės prevencijos tema. Diskusija	2	20	III ketv.
6.9.	Valgymo sutrikimų prevencija:			
6.9.1.	Valgymo sutrikimų kahoot. Diskusija	3	20	I-IV ketv.
6.10.	Kitos sveikatinimo veiklos jaunimui:			
6.10.1.	Atvirų durų diena jaunimui	1	40	III ketv.
6.10.2.	Individualios konsultacijos sveikatingumo klausimais	30	30	I-IV ketv.
6.10.3.	JPSPP viešinimo renginiai	3	50	I-IV ketv.
<b>7.</b>	<b>Sveikatos priežiūra ugdymo įstaigose</b>			
7.1.	Lėtinių neinfekcinių ligų bei traumų profilaktika:			
7.1.1.	Sveikos mitybos ir maisto švaistymo mažinimas bei švediško stalo principo diegimo skatinimas	87	2487	Visus metus
7.1.2.	Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas mokyklose	71	1750	Visus metus
7.1.3.	Burnos higienos užsiėmimų organizavimas tikslinėse grupėse	91	1333	Visus metus
7.1.4.	Pagalbos mokinių savirūpai organizavimas ugdymo įstaigose	Pagal poreikį	Pagal poreikį	Visus metus
7.2.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika:			
7.2.1.	Užkrečiamųjų ligų prevencijos skatinimas ir supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas	64	1836	Visus metus