

Visuomenės sveikatos biurų veikla fizinio aktyvumo skatinimo srityje

KRISTINA MOTIEJŪNAITĖ

**KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO DIREKTORĖ**



Visuomenės sveikatos biurai

2006 metais buvo įsteigti pirmieji visuomenės sveikatos biurai keturiuose Lietuvos rajonuose – Šiaulių, Joniškio, Klaipėdos, Kėdainių.

Lietuvoje yra 46 savivaldybių visuomenės sveikatos biurai.

Tikslas – rūpintis savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti LR įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą savivaldybių visuomenės sveikatos priežiūrą, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, gerinti gyvenimo kokybę, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas.

Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacija



2009 metais įregistruota savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacija.

Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacija veikia visoje Lietuvos teritorijoje. **Šiuo metu jai priklauso 36 visuomenės sveikatos biurai.**

Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos struktūroje yra nuolatinė sveikatos stiprinimo grupė, kuri atlieka koordinacinį vaidmenį ir fizinio aktyvumo skatinimo veikloje.

Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos tikslai



1. Stiprinti pirminę visuomenės sveikatos priežiūrą savivaldybių lygmenyje ir skatinti kokybišką visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų teikimą savivaldybių gyventojams.
2. Palaikyti ryšius su analogiškomis organizacijomis bei mokslo institucijomis Lietuvoje, kitose valstybėse, taip pat tarptautinėmis organizacijomis.
3. Skatinti savivaldybių gyventojus aktyviai rūpintis savo sveikata.
4. Siekti visuomenės sveikatos specialistų bendruomenės ir kitų socialinių grupių tarpusavio supratimo ir tolerancijos.
5. Bendradarbiauti su kitais sektoriais siekiant efektyvaus duomenų mainų stebint ir analizuojant savivaldybių gyventojų sveikatą veikiančius veiksnius.

Teisinė informacija

- LR sveikatos sistemos įstatymas (1994 m. liepos 19d. Nr. I-552);
- Lietuvos sveikatos 2014-2025 metų strategija (2014 m. birželio 26 d. Nr. XII-964);
- Nacionalinė visuomenės sveikatos priežiūros 2016–2023 metų plėtros programa (2015 m. gruodžio 9 d. Nr. 1291);
- Visuomenės sveikatos biurų nuostatai;
- Kt. teisės aktai.

Sveikatos sistemos įstatymas įstatymas

Sveikatinimo veiklos **tikslai**:

- **saugoti** gyventojus nuo ligų, išvengiamos mirties ir neįgalumo;
- **ilginti** gyvenimo be ligų ir traumų laiką;
- **gerinti** gyvenimo kokybę.

Visuomenės sveikatos ugdymo sąlygas nustato šis įstatymas, kuris reglamentuoja, kad **sveikatos mokymą sudaro savanoriško, privalomojo sveikatos mokymo ir kūno kultūros priemonių visuma.**

Lietuvos sveikatos 2014-2025 metų strategija

Strateginis tikslas – pasiekti, kad 2025 m. šalies gyventojai būtų sveikesni ir gyventų ilgiau, pagerėtų gyventojų sveikata ir sumažėtų sveikatos netolygumai.

Programos 3 tikslas – formuoti sveiką gyvenseną ir jos kultūrą.

3.3. uždavinys – ugdyti optimalaus fizinio aktyvumo įpročius.

Nacionalinė visuomenės sveikatos priežiūros 2016–2023 metų plėtros programa

Programos strateginis tikslas – pailginti Lietuvos gyventojų sveiko gyvenimo metus.

Pirmasis programos tikslas – stiprinti fizinę ir psichinę sveikatą – formuoti sveiką gyvenseną ir jos kultūrą, skatinti sveikatos raštingumą.

Uždavinys – didinti gyventojų fizinį aktyvumą ir sudaryti jiems sąlygas būti fiziškai aktyviems visose gyvenimo veiklos srityse.

Visuomenės sveikatos biurų pagrindinės veiklos kryptys

- Visuomenės sveikatos stiprinimas savivaldybės bendruomenėje (veiklos organizavimas ir dalyvavimas įgyvendinant fizinio aktyvumo skatinimo priemones);
- Visuomenės sveikatos stebėseną (gyvensenos ir jos ryšio su sveikata stebėsenos organizavimas ir vykdymas);
- Vaikų ir jaunimo visuomenės sveikatos priežiūra (visuomenės sveikatos priežiūros organizavimas mokykloje).

Tikslinės grupės

- Vaikai;
- Paaugliai;
- Darbingo amžiaus žmonės;
- Rizikos grupių šeimos;
- Neįgalieji;
- Senjorai.



Visuomenės sveikatos stiprinimas savivaldybės bendruomenėje

Veiklos organizavimas ir dalyvavimas įgyvendinant priklausomybių prevencijos, fizinio aktyvumo ir sveikos mitybos priemones :

1. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašo įgyvendinimas;
2. Fizinio aktyvumo skatinimo renginių organizavimas;
3. Sveikatos raštingumo didinimas.

Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašas

Sveikatos stiprinimo programoje viena iš temų yra:

- **Fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto prevencija.**

Veiklos: teorinė medžiaga apie fizinio aktyvumo reikšmę, PSO rekomendacijos, fizinio pajėgumo vertinimo būdai, fizinio aktyvumo veiklos: kineziterapijos mankštos, šiaurietiškasis ėjimas.



Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Fizinio aktyvumo skatinimo renginių organizavimas

- Šiaurietiškojo ėjimo pratybos;
- Mokymai naudotis lauko treniruokliais;
- Masinės mankštos;
- Pėsčiųjų žygiai;
- Dviračių žygiai;
- Orientacinės varžybos;
- Linijiniai šokiai;
- Bėgimas.



Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Klaipėdos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Darbo kolektyvų fizinio aktyvumo skatinimas

- Tinklinio turnyras;
- mankštos darbo vietoje;
- mankštos baseine.



Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Bendradarbiavimas

Bendradarbiaujama su savivaldybės teritorijoje veikiančiomis vyriausybiniomis ir nevyriausybiniomis įstaigomis ir organizacijomis, mokslo institucijomis, gyventojų bendruomenėmis, viešosiomis įstaigomis, asociacijomis, gydymo įstaigomis, bendruomenių centrais, draugijomis, aukštojo mokslo institucijomis ir kt.

Vaikų ir jaunimo visuomenės sveikatos priežiūra

1. Visuomenės sveikatos priežiūra ugdymo įstaigose;
2. Ne ugdymo įstaigose organizuojamos fizinio aktyvumo skatinimo veiklos vaikams ir jaunimui.



Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Visuomenės sveikatos priežiūros organizavimo mokykloje tvarkos aprašas

Visuomenės sveikatos priežiūros specialisto funkcijos:

- pateikti pedagogams asmens sveikatos priežiūros įstaigų specialistų rekomendacijas dėl mokinių sveikatos bei koordinuoti šių rekomendacijų įgyvendinimą;
- teikti pagalbą ir informaciją kūno kultūros mokytojams komplektuojant kūno kultūros ugdymo grupes pagal mokinių fizinį pajėgumą;
- organizuoti mokinių sveikatos stiprinimo priemonių ir mokyklos aplinkos sveikatinimo priemonių įgyvendinimą ir įgyvendinti jas pagal kompetenciją;
- teikti sveikatos žinias mokyklos bendruomenei apie sveikatos išsaugojimą bei sveikatos stiprinimo būdus, mokyti pritaikyti jas praktiškai.

Visuomenės sveikatos priežiūra mokyklose

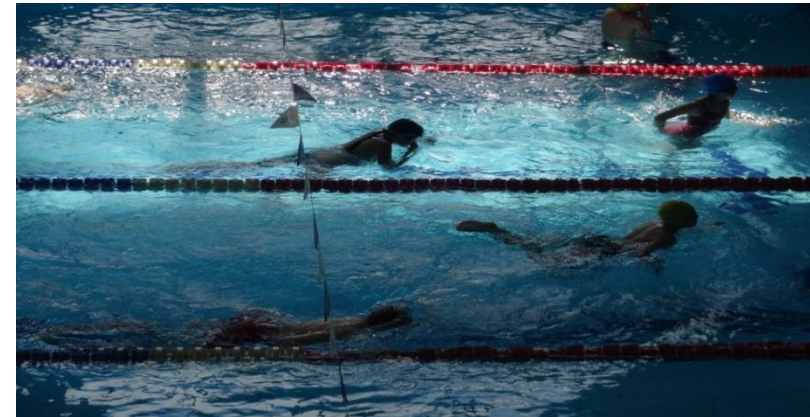
- Tarpklasinės futbolo varžybos „Norim, galim, siekiam“;
- „Sveikuolių sveikuoliai“ konkursas;
- Ikimokyklinukų žiemos Olimpiada 2017;
- Teoriniai ir praktiniai užsiėmimai ugdymo įstaigose „Fizinis aktyvumas ir kūno masės kontrolė“;
- Tarpklasinės krepšinio varžybos: „Judu – gyvenu“;
- Respublikinis ikimokyklinių įstaigų trikrepsių festivalis;
- Aktyvios pertraukos (zumba, mankšta ir kt.).

Ne ugdomo įstaigose organizuojamos fizinio aktyvumo veiklos vaikams ir jaunimui

- Čiuožimo pamokos;
- Plaukimo pamokos;
- Mankštos;
- Šiaurietiškasis ėjimas.



Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Iššūkiai

- Visuomenės sveikatos biurų veikloje, trūksta nuoseklumo ir sistemingumo;
- Dažnai fizinio aktyvumo veiklos yra fragmentiškos;
- Trūksta motyvuotų darbuotojų;
- Nepakankamas finansavimas įgyvendinti fizinio aktyvumo veiklas.

