PATVIRTINTA

Kauno miesto savivaldybės tarybos

2023 m. vasario 7 d.

sprendimu Nr. T-24

**KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS PRIEMONIŲ VYKDYMO 2022 METŲ ATASKAITA**

2022 metais iš Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšų buvo vykdomos dvi priemonės: visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo ir sutrikimų profilaktikos srityje buvo įgyvendinamas Kauno miesto savižudybių prevencijos modelio priemonių planas, sveikos mitybos ir fizinio aktyvumo skatinimo srityje buvo įgyvendinamos projekto „Judėk sveikai“ veiklos.

Įgyvendinant Kauno miesto savižudybių prevencijos modelio priemonių planą, 2022 metais buvo įvykdytos veiklos, apimančios prevenciją, intervenciją ir viešinimą.

Penkiuose Kauno miesto poliklinikos psichikos sveikatos centruose (Centro, Dainavos, Kalniečių, Šančių ir Šilainių) teiktos atvejo vadybos paslaugos – turėti 1156 atvejai (suteiktos 2108 atvejo vadybininko konsultacijos).

Teikta skubi anoniminė psichologinė pagalba keturiose įstaigose (Psichologinės paramos ir konsultavimo centras, Kauno apskrities vyrų krizių centras, Kauno moterų linija, Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Kauno ligoninės Krizių intervencijos centras) darbo dienomis, savaitgaliais ir švenčių dienomis – iš viso 1476 konsultacijos.

Teikta psichologinė pagalba penkiose atvirose psichologinėse grupėse, kurių užsiėmimai vyko penkiuose psichikos sveikatos centruose. Per metus įvyko 210 grupinių užsiėmimų, juose dalyvavo 34 suaugę asmenys ir 10 paauglių (jaunimo atstovų).

Teikta anoniminė emocinė (psichologinė) pagalba nuotoliniu būdu nuo 17 iki 24 val. kiekvieną dieną. Tarp anonimines konsultacijas gavusių asmenų 211 atvejų nurodė, kad yra iš Kauno miesto.

Organizuotos uždaros savitarpio pagalbos grupės atskirai moterims, vyrams ir jaunimui. Kiekvienoje grupėje dalyvavo po 10 asmenų. Surinktos 5 moterų, 5 vyrų ir 4 jaunimo grupės. Per metus įvyko 140 grupinių užsėmimų, juose dalyvavo 50 moterų, 50 vyrų ir 40 jaunuolių.

Organizuoti 6 savižudybių prevencijos mokymai tema „Savižudybės rizikos ženklų atpažinimas, vertinimas ir efektyvus reagavimas“ (trukmė – 4 akad. val.), juose dalyvavo 142 asmenys.

Organizuoti 8 savižudybių intervencijos mokymai tema „Stresas, psichologinis skausmas ir savižala“ (trukmė – 8 akad. val.). Mokymuose dalyvavo 209 dalyviai, dirbantys Kauno miesto ugdymo įstaigose ar kitose įstaigose, dirbančiose su jaunimu.

Organizuotos 8 supervizijos Kauno miesto specialistams, dirbantiems su savižudybių riziką patiriančiais asmenimis (dalyvavo atvejo vadybininkai, psichologai, socialiniai darbuotojai ir kiti asmens sveikatos priežiūros specialistai) – iš viso 103 specialistai.

Organizuota 11 projekcijų (filmų peržiūrų ir diskusijų su psichologu), skirtų stiprinti Kauno miesto gyventojų psichinę sveikatą ir vykdyti savižudybių prevenciją. Renginiuose dalyvavo 1137 miestiečiai.

Vykdant savižudybių prevencijos modelio viešinimą, per 2022 metus buvo organizuotos ir įvykdytos šios veiklos:

Kauno miesto viešojo transporto stotelėse rugsėjo, spalio ir lapkričio mėnesiais buvo viešinami 46 informaciniai plakatai;

demonstruotas informacinis vaizdo įrašas (10 sekundžių trukmės) trijuose skirtinguose LED ekranuose po 1 savaitę;

viešintas lauko informacinis tentas išnuomotame reklaminiame plote Eigulių mikrorajone;

atspausdinti ir išdalyti miestiečiams ir įstaigoms informaciniai lankstinukai – atmintinės apie savižudybės ženklus ir pirminės pagalbos teikimą;

rugsėjo 9 d. organizuotas viešas renginys, skirtas Pasaulinei savižudybių dienai (rugsėjo 10 d.) paminėti, jo metu Vienybės aikštėje vyko šokio teatro „Aura“ pasirodymas. Taip pat miesto centre vaikščiojo tamsiais siluetais persirengę statistai, įkūniję nevilties ir minčių apie pasitraukimą iš gyvenimo kamuojamus žmones;

rugsėjo 10 d. surengtas nuotaikingas, įdomiomis užduotimis ir galvosūkių gausa išsiskiriantis pramoginis orientacinis žaidimas „Sprendimas visada yra“, taip pat skirtas Pasaulinei savižudybių dienai paminėti. Tarp žaidimo užduočių buvo ir klausimų, susijusių su mieste vykdomu savižudybių prevencijos modeliu;

parengtas pranešimas spaudai, 3 informaciniai straipsniai ir reportažas iš Pasaulinės savižudybių dienos minėjimo renginio.

Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis finansuojamas projektas „Judėk sveikai“ 2022 m. įgyvendintas organizuojant nuolatines ir vienkartines fizinio aktyvumo veiklas ir vykdant šio projekto viešinimą.

Suorganizuotas 1681 fizinio aktyvumo užsiėmimas. Šie užsiėmimai vyko tiek nuotoliniu, tiek kontaktiniu būdu. Dėl netinkamų oro sąlygų vasaros sezono metu (birželio–rugpjūčio mėn.) atšauktos 47 treniruotės.

Vasaros sezono treniruotės buvo organizuojamos ir vedamos viešose Kauno miesto vietose (Draugystės parkas, Kalniečių parkas, Santarvės parkas, Panemunės šilas ir kt.). Prasidėjus šaltajam sezonui (nuo rugsėjo iki gegužės mėn.), fizinio aktyvumo veiklos pradėtos vykdyti kontaktiniu būdu įvairiose Kauno miesto vietose (Panemunės, Dainavos, Žaliakalnio ir kt. mikrorajonuose), jose dalyvauti reikėjo išankstinės registracijos. Pietų pertraukos metu buvo vykdoma kineziterapija (trukmė – 30 min.) nuotoliniu būdu dėl didesnio ir patogesnio prieinamumo, laiko taupymo. Šios veiklos vyko naudojant *Google meet* programą, todėl prisijungimas prie jų buvo ypatingai lengvas ir prieinamas įvairaus amžiaus asmenims.

Šaltojo sezono metu į visas treniruotes buvo vykdoma registracija, tačiau registracijos tvarka į senjorų treniruotes buvo kitokia. Norint dalyvauti projekto veiklose, registracija buvo vykdoma interneto svetainėje „Judėk sveikai“ (judeksveikai.kaunas.lt/registracija). Registracija vyko tik į tos dienos treniruotes ir buvo galima registruotis nuo 8 val. ryto. Registracijos sistemos pagalba buvo galima suvaldyti dalyvių skaičių, taip užtikrinant kokybišką ir komfortišką sportavimą visiems treniruočių dalyviams. Norint palengvinti senjorų registraciją, ji buvo vykdoma atvykus į treniruotę pas trenerį.

Trečdalis šaltojo sezono treniruočių vyko Kauno miesto ugdymo įstaigų patalpose, todėl treniruotėse galėjo dalyvauti daugiau žmonių (dėl salės dydžio), padidėjo jų prieinamumas dėl patogių treniruočių vietų.

Fizinio aktyvumo veiklos ir jų laikas buvo maksimaliai pritaikyti įvairioms Kauno miesto gyventojų grupėms: jaunimui, senoliams, darbingo amžiaus žmonėms, vaikams, nėščiosioms, motinoms su mažyliais ir poroms.

2022 metais Kauno miesto gyventojai per savaitę galėjo rinktis vidutiniškai iš 32 treniruočių (joga, funkcinės treniruotės, kineziterapija, vaikų treniruotės, kalanetika, senjorų funkcinė treniruotė, pilatesas, motinų su mažyliais treniruotė, nėščiųjų kineziterapija ir kt.).

Projekto „Judėk sveikai“ veiklos taip pat vykdytos įvairių miesto ar šalies mastu vykusių renginių ir akcijų metu:

parodos „Sveikatos dienos 2022“ metu surengta parodomoji kineziterapijos treniruotė;

vyko orientavimosi varžybos pėsčiomis Judėjimo sveikatos labui dienai paminėti;

Santakos parko atidarymo šventėje surengtos funkcinė ir vaikų gatvės šokių treniruotės;

minint Europos visuomenės sveikatos savaitę surengtos papildomos nuotolinės jogos, kalanetikos ir *nirvana fitness* treniruotės;

Ąžuolyno parko atidarymo renginyje kauniečiai galėjo išbandyti jogos ir kalanetikos treniruotes;

Judumo savaitės renginio metu surengta linijinių šokių treniruotė.

Išskirtinai vasaros sezono uždarymui paminėti vyko orientavimosi po Kauno miestą žaidimas siekiant paskatinti ne tik pajudėti, bet ir sužinoti apie įvairias Kauno miesto vietas, taip pat atsakyti į klausimus, susijusius su fiziniu aktyvumu ir sportu. Žaidimo dalyviai, judėdami dviračiais, sprendė įvairias užduotis, parengtas skirtingose miesto vietose. Šiai progai paminėti taip pat surengta porinių šokių treniruotė unikalioje Kauno miesto vietoje – BLC verslo centro terasoje ant stogo, nuo kurios atsivėrė įspūdingas vaizdas į Kauno miestą.

Iš viso projekto „Judėk sveikai“ veiklose sudalyvavo 36 379 asmenys (28 668 asmenys iki 64 metų amžiaus ir 6 979 asmenys, vyresni nei 64 metų amžiaus). 2022 metais projekto veiklose sudalyvavo 11 500 daugiau dalyvių nei 2021 metais.

2022 metais didelis dėmesys buvo skirtas projektui viešinti. Projektas buvo viešinamas naudojant reklaminius stendus – pagaminti 2 reklaminiai stendai, kurie 8 savaites viešinti skirtinguose Kauno miesto mikrorajonuose. Viešojo transporto stotelių reklaminėse erdvėse eksponuotas 21 informacinis plakatas. Jie viešinti 8 savaites pakeičiant kas dvi savaites eksponavimo stoteles. Pasitelktos reklamos transliacijos per radiją, transliuojant 4 mėnesius, iš viso 275 transliacijos. Demonstruotas informacinis vaizdo įrašas (10 sekundžių trukmės) trijuose skirtinguose LED ekranuose po 3 savaites, iš viso 16 200 kartų. Projektas taip pat buvo viešintas TV3 televizijoje (reportažas vakaro žinių metu), TV3.lt interneto svetainėje ir LRT televizijoje (vakaro žinių metu).

**I SKYRIUS**

**SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS LĖŠOS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšų šaltiniai | Surinkta lėšų, tūkst. Eur |
| 1. | Savivaldybės biudžeto lėšos | 0,00 |
| 2. | Savivaldybės aplinkos apsaugos rėmimo specialiosios programos lėšos | 350,55 |
| 3. | Savanoriškos fizinių ir juridinių asmenų įmokos | 0,00 |
| 4. | Kitos lėšos | 0,00 |
| 5. | Lėšų likutis ataskaitinių biudžetinių metų pradžioje | 157,40 |
| **Iš viso** | | **507,95** |

**II SKYRIUS**

**SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS LĖŠOMIS VYKDYTOS PRIEMONĖS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Programos / priemonės poveikio sritis | Vykdytų savivaldybės visuomenės sveikatos programų, priemonių skaičius | Skirta lėšų, tūkst. Eur | Panaudota lėšų, tūkst. Eur |
| 1. Savivaldybės kompleksinės programos | | | | |
|  |  |  |  |  |
| 2. Savivaldybės strateginio veiklos plano priemonės | | | | |
| 1. | Psichikos sveikatos stiprinimas (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.) | 1 | 182,00 | 164,26 |
| 2. | Fizinio aktyvumo skatinimas | 1 | 137,35 | 108,54 |
| 3. Bendruomenių vykdytų programų / priemonių rėmimas | | | | |
|  |  |  |  |  |
| 4. Kita | | | | |
|  |  |  |  |  |
|  |  | **Iš viso lėšų** | **319,35** | **272,80** |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_