



KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS TARYBA

SPRENDIMAS

**DĖL KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS
PROGRAMOS PRIEMONIŲ VYKDYMO 2025 METŲ ATASKAITOS PATVIRTINIMO**

2026 m. vasario 24 d. Nr. T-18

Kaunas

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymo 41 straipsnio 4 dalimi ir 63 straipsnio 5 punktu ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. birželio 3 d. įsakymu Nr. V-656 „Dėl Savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonių vykdymo ataskaitos formos patvirtinimo“, atsižvelgdama į Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos sudarymo ir vykdymo tvarkos aprašo, patvirtinto Kauno miesto savivaldybės tarybos 2024 m. lapkričio 12 d. sprendimu Nr. T-830 „Dėl Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos ir jos vykdymo tvarkos aprašo patvirtinimo“, 19 ir 20 punktus, Kauno miesto savivaldybės taryba **n u s p r e n d ž i a**:

1. Patvirtinti Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonių vykdymo 2025 metų ataskaitą (pridedama).

2. Šis sprendimas per vieną mėnesį nuo informacijos apie jį gavimo dienos gali būti skundžiamas Regionų administraciniam teismui (Žygimantų g. 2, Vilnius, skundą paduodant bet kuriuose šio teismo rūmuose: A. Mickevičiaus g. 8A, Kaunas, Galinio Pylimo g. 9, Klaipėda, Dvaro g. 80, Šiauliai, Respublikos g. 62, Panevėžys) Lietuvos Respublikos administracinių bylų teisenos įstatymo nustatyta tvarka.

Savivaldybės meras

Visvaldas Matijošaitis

PATVIRTINTA

Kauno miesto savivaldybės tarybos

2026 m. vasario 24 d.

sprendimu Nr. T-18

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS PRIEMONIŲ VYKDYMO 2025 METŲ ATASKAITA

2025 metais iš Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšų buvo vykdomos trys 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; senyvo amžiaus žmonių gyvenimo kokybės gerinimo srityje buvo įgyvendinamas projektas „Sveiki, senjorai“.

Įgyvendinant Kauno miesto savižudybių prevencijos modelio priemonių planą, 2025 metais buvo vykdomos veiklos, apimančios prevenciją, intervenciją ir viešinimą. Kauno miesto savižudybių prevencijos modelis įgyvendinamas vadovaujantis 2023–2025 m. priemonių planu, patvirtintu Kauno miesto savivaldybės tarybos 2023 m. vasario 7 d. sprendimu Nr. T-22.

Savižudybių prevencijos modelio veiklose didelis dėmesys skiriamas užtikrinti emocinės ir psichologinės pagalbos teikimą krizę išgyvenantiems asmenims ir asmenims, kurių artimieji nusižudė ar išgyvena savižudybės krizę. 2025 m. buvo užtikrinta galimybė gauti atvejo vadybos konsultacijas psichikos sveikatos centruose. Viso suteikta 3406 konsultacijos. Tęstinę skubią individualią psichologinę pagalbą viso gavo 1003 asmenys, psichoterapinių konsultacijų suteikta iš viso 355, grupinių psichologinių užsiėmimų miestiečiams įvyko iš viso 86.

Toliau buvo tęsiamos savižudybių prevencinės veiklos Kauno miesto specialistams: organizuotos 9 supervizijos, du susitikimai su savižudybių prevencijos modelio paslaugas teikiančiais specialistais: atvejo vadybininkais, skubios pagalbos ir psichoterapinės pagalbos teikėjais bei savitarpio pagalbos grupių vadovais. Taip pat, suorganizuota 10 savižudybių prevencijos mokymų, kuriuose viso sudalyvavo 325 asmenys ir 3 savižudybių intervencijos mokymai, kuriuose dalyvavo 77 specialistai. Savižudybių prevencijos mokymai buvo rengiami įvairių sričių specialistams: psichologams, socialiniams darbuotojams, sveikatos ir ugdymo įstaigų darbuotojams bei kitiems visuomenės atstovams.

Taip pat įgyvendinta savižudybių problemos viešinimui skirtų priemonių sklaida mieste: Kauno miesto švietimo, teisingumo, sveikatos, socialinių paslaugų sektoriai informuoti apie savižudybių prevencijos ir intervencijos mokymus, viso 332 įstaigų ir organizacijų. Savižudybių prevencijos modelio informacinės medžiagos sklaida socialiniuose tinkluose ir portaluose – iš viso 72 pranešimai. Taip pat viešinimas vykdytas viešojo transporto 66 stotelėse, skirtingose Kauno miesto vietose. Miestiečiams nuolat organizuojami vieši renginiai. 2025 m. įgyvendinti 9 vieši renginiai „Kinas – kaip terapija“ – filmų, įvairiomis psichologinių sunkumų temomis peržiūros ir diskusijos su psichologais. Iš viso dalyvavo 1660 asmenų. Renginys „Išlįsk iš ekrano“, pasiekęs daugiau kaip 200 žmonių, buvo skirtas atkreipti dėmesį į savižudybių problematiką ir psichikos sveikatos svarbą. Jo metu vyko atvira specialistų diskusija apie priklausomybes nuo įvairių įrenginių, kurios galėjo paklausti ir daugiau asmenų, kadangi jis suorganizuotas prekybos centro „Mega“ centriniame hole. 2025 m. rugsėjo 10 d., minint Pasaulinę savižudybių prevencijos dieną, miestiečiams organizuoti 3 vieši renginiai, skirti atkreipti dėmesį į savižudybių problematiką ir psichikos sveikatos svarbą (simbolinės juodos figūros miesto gatvėse, šokio teatro „Aura“ pasirodymas Nepriklausomybės aikštėje, bėgimas „Žingsniai gyvenimui“ Ažuolyno parke). Juose dalyvavo daugiau kaip 500 žmonių.

Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis finansuojamo projekto „Judėk sveikai“ metu 2025 m. buvo suorganizuotas 1771 fizinio aktyvumo užsiėmimas, kuriame dalyvavo 35 690 asmenų. Į šį skaičių neįtraukti dalyviai, kurie nuo treniruotės lauke palankių orų pradžios iki pat vėsią sezono pradžios sportavo lauke, išskyrus tuos, kurie dalyvavo nėščiųjų kineziterapijoje, vykstančioje vandenyje, ir pietų pertraukos kineziterapijoje.

Kaip ir kelis pastaruosius metus, toliau buvo vykdoma nuotolinė pietų pertraukos kineziterapija, tunkanti vos 30 minučių ir orientuota į sėdimąjį darbą dirbančius asmenis. Užsiėmimai vyko asmenims sėdint ant kėdžių, be jokio kito inventoriaus, pratimai buvo pritaikyti juos atlikti tiesiog savo darbo vietoje. Tai padėjo įtraukti fizinį aktyvumą į įtemptą dienotvarkę.

Kontaktinės treniruotės visus 2025 metus vyko įvairiuose Kauno miesto mikrorajonuose. Gyventojai galėjo rinktis iš populiarių veiklų, tokių kaip zumba, kalanetika, funkcinės treniruotės, joga, TRX treniruotės ir kita. Šios veiklos buvo organizuojamos kelis kartus per savaitę skirtingose vietose, siekiant užtikrinti jų prieinamumą įvairiose Kauno miesto dalyse gyvenantiems ar dirbantiems asmenims. Kauniečiai galėjo rinktis iš daugiau kaip 35 treniruočių per savaitę. Fizinio

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

2025 m. projekte atsirado naujovių: žiemos laikotarpiu vaikams buvo organizuotos čiuožimo ant ledo treniruotės, pradėtos rengti dar niekada projekto metu nevykdytos TRX treniruotės, kurios susilaukė ypatingo dėmesio. Taip pat Kauno miesto gyventojai buvo kviečiami dalyvauti išskirtinėse treniruotėse, skirtose pasaulinėms ir tarptautinėms dienoms paminėti. Pasaulinės bėgimo dienos proga Ažuolyno parke vyko laiptukų iššūkis, Tarptautinės jogos dienos metu Santakos parke Kauno miesto gyventojai galėjo išbandyti akrojos elementus. Nuo 2025 m. birželio 2 d. visam vasaros sezonui treniruočių geografiją papildė nauja erdvė – Vytauto Didžiojo universiteto botanikos sodo Aukštosios Fredos dvaro vidinis kiemas, kuriame vyko jogos treniruotės, sulaukusios didelio susidomėjimo. 2025 m. rugsėjo 2 d. Kauno miesto gyventojai buvo pakviesti į projekto „Judėk sveikai“ rudens sezono atidarymo renginį Kauno sporto halėje, kurio metu galėjo išbandyti bokso ar funkcinę treniruotę, kalnetikos ir zumbos užsiėmimus. Renginyje dalyvavo 297 asmenys. 2025 m. rugsėjo 6 d. įvyko IKI ėjimo varžybos, prie kurių organizavimo taip pat buvo prisidėta. Varžybose dalyvavo apie 12 000 asmenų. 2025 m. rugsėjo 29 d. Kauno gyventojai buvo pakviesti į išskirtinę zumbos treniruotę, skirtą paminėti Pasaulinę širdies dieną ir priminti, kad reguliarus fizinis aktyvumas yra vienas svarbiausių žingsnių stipriai ir sveikai širdžiai. 2025 m. spalio 16 d. Kauno gyventojai buvo pakviesti dalyvauti išskirtinėje treniruotėje „Press & Back“, skirtoje paminėti Pasaulinę stuburo dieną. Treniruotės metu buvo akcentuojama stuburo rotacijos ir mobilumo svarba, nugaros, pilvo preso ir korpuso raumenų stiprinimas, laikysenos lavinimas ir kūno kontrolė. 2025 m. lapkričio 14 d. buvo organizuota išskirtinė funkcinė treniruotė, skirta paminėti Pasaulinę diabeto dieną. Renginio metu dalyviai buvo pakviesti aktyviai judėti ir pasipuošti mėlynais akcentais, taip išreiškiant palaikymą diabeto prevencijos ir sveikatos stiprinimo iniciatyvoms. 2025 m. gruodžio 10 d. buvo organizuota išskirtinė porinių šokių treniruotė, skirta paminėti Pasaulinę tango dieną. Tango buvo pristatytas kaip fizinio aktyvumo forma, jungianti judesį, muziką, emocijas ir partnerystę, tinkama įvairaus amžiaus žmonėms. Taip pat 2025 m. gruodžio 17 ir 18 d. buvo organizuotos yinjos praktikos su gyva meditacine muzika, skirtos sulėtėti, giliai atsipalaiduoti ir stiprinti emocinę pusiausvyrą prieš didžiąsias metų šventes. Užsiėmimai sulaukė didelio dalyvių susidomėjimo.

2025 m. ir toliau vykdoma Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos lėšomis finansuojama priemonė – projektas „Sveiki, senjorai“. Šio projekto metu nuo 2025 m. veiklos buvo suskirstytos į dvi grupes: reguliariai vykstančios veiklos ir užsiėmimų

ciklai. Reguliariai vyko šios veiklos: funkcinės treniruotės ir linijiniai šokiai, kurie vyko be išankstinės registracijos, dalyviai užsiregistruodavo atvykęs pas trenerį. Šios veiklos vyko nenutrūkstamai, po 2–4 kartus per savaitę. Naujovė – užsiėmimų ciklai, kai veiklos vyksta tai pačiai dalyvių grupei tam tikrą laikotarpį siekiant užtikrinti veiklų tęstinumą tiems patiems asmenims, taip išugdant įprotį judėti ir pajauti fizinio aktyvumo naudą. Taip pat buvo atliekami kūno kompozicijos ir fizinio pajėgumo testavimai siekiant parodyti dalyviui jo kūno pokyčius ir padidinti motyvaciją nuosekliai dalyvauti veiklose. Registracija į kiekvieną ciklą buvo vykdoma atskirai siekiant tikslingai suformuoti uždara dalyvių grupę konkrečiai veiklai. Per metus buvo įvykdyta 10 užsiėmimų ciklų, kurių kiekvienas turėjo skirtingas sudedamąsias dalis, skirtingą trukmę ir kt. Pavyzdžiui, vieną iš ciklų sudarė taisyklingo griuvimo mokymai, kūno kompozicijos analizė ir trijų mėnesių trukmės užsiėmimai baseine, kitą ciklą – taisyklingo griuvimo mokymai ir trijų mėnesių trukmės nirvana fitness treniruotės, dar vieną – kūno kompozicijos analizė ir dviejų mėnesių trukmės užsiėmimai baseine ir panašiai.

Kaip ir praėjusiais metais, prisitaikant prie vyresnio amžiaus asmenų poreikių, registracija į veiklas buvo vykdoma internetu ir telefonu. Iš viso per 2025 m. įvyko 695 veiklos ir jose dalyvavo 22 071 Kauno miesto senyvo amžiaus asmuo.

Siekiant į veiklas pritraukti kuo daugiau vyresnio amžiaus asmenų ir sudaryti sąlygas jiems dažniau išeiti iš namų, užmegzti naujus socialinius kontaktus, didinti judėjimą ir gerinti gyvenimo kokybę, spalio mėnesį buvo pradėta veikla „Kauno senjorai renka Lietuvą“ – Kauno miesto senyvo amžiaus asmenys dalyvavo pažintinėse išvykose. 2025 m. spalio 9 d. buvo aplankytas Birštonas ir jo apylinkės, 2025 m. spalio 16 d. – Kačerginė ir Zapyškis, 2025 m. spalio 23 d. – Panemunės pilys. Tokios išvykos turėjo reikšmingą naudą dalyviams – jos skatino fizinį aktyvumą, gerino judrumą ir bendrą sveikatą, stiprino emocinę savijautą, mažino vienišumo jausmą, ugdė bendrystę, skatino protinę veiklą ir gerino bendrą savijautą, suteikdamos energijos ir prisidėdamos prie imuniteto stiprinimo. Veiklose iš viso dalyvavo 118 Kauno miesto senyvo amžiaus asmenų.

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
2.	Savivaldybės aplinkos apsaugos rėmimo specialiosios programos lėšos	420,30
3.	Savanoriškos fizinių ir juridinių asmenų įmokos	0
4.	Kitos lėšos	0

5.	Lėšų likutis ataskaitinių biudžetinių metų pradžioje	294,22
	Iš viso	714,52

**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				
2.1.	Psichikos sveikatos stiprinimas (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	1	199,00	178,60
2.2.	Fizinio aktyvumo skatinimas	1	160,00	160,00
2.3.	Nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencija (tarp jų pirmosios pagalbos teikimo)	1	176,80	113,09
3. Bendruomenių vykdytų programų / priemonių rėmimas				
–	–	–	–	–
4. Kita				
–	–	–	–	–
Iš viso lėšų			535,8	451,69

DETALŪS METADUOMENYS	
Dokumento sudarytojas (-ai)	Kauno miesto savivaldybė
Dokumento pavadinimas (antraštė)	Dėl Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonių vykdymo 2025 metų ataskaitos patvirtinimo
Dokumento registracijos data ir numeris	2026-02-24 Nr. T-18
Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris	-
Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo	ADOC-V1.0
Parašo paskirtis	Pasirašymas
Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos	Visvaldas Matijošaitis Meras
Parašo sukūrimo data ir laikas	2026-02-25 13:18
Parašo formatas	Trumpalaikio galiojimo (XAdES-T)
Laiko žymoje nurodytas laikas	2026-02-25 13:18
Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją	RCSC IssuingCA
Sertifikato galiojimo laikas	2024-05-22 16:11 - 2026-05-22 16:11
Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti	-
Pagrindinio dokumento priedų skaičius	1
Pagrindinio dokumento priedamų dokumentų skaičius	0
Priedamo dokumento sudarytojas (-ai)	-
Priedamo dokumento pavadinimas (antraštė)	t26100018priedas.docx
Priedamo dokumento registracijos data ir numeris	-
Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas	Elpako v.20260212.1
Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)	Tikrinant dokumentą nenustatyta jokių klaidų (2026-02-25)
Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas	2026-02-25 nuorašą suformavo Giedrė Pilipaitienė
Paieškos nuoroda	-
Papildomi metaduomenys	Nuorašą suformavo 2026-02-25 Dokumentų valdymo sistema „Kontora“