



LIETUVOS RESPUBLIKOS SVEIKATOS APSAUGOS MINISTERIJA
VALSTYBINIS VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO FONDAS

2021 M. VALSTYBINIO VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO FONDO TARYBOS VEIKLOS ATASKAITA

VILNIUS
2022

Turinys

TRUMPAI APIE VALSTYBINĮ VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO FONDA	3
2. FONDO VEIKLA 2021 M.	4
2.1. Fondo biudžeto panaudojimas 2021 metais	4
2.2. Fondo įgyvendinti projektai 2021 m.	5
2.3. Įgyvendintų projektų rezultatai	6
2.3.1. I prioritetas – visuomenės psichikos sveikatos stiprinimas	7
2.3.2. II prioritetas – sveikos gyvensenos skatinimas	10
2.3.3. Socialinė informacinė kampanija „Rinkis gyvenimą“	13
2.3.4. Socialinė informacinė kampanija „Koronaviruso (COVID-19) informacijos sklaida šalies žiniasklaidos priemonėse“	15

TRUMPAI APIE VALSTYBINĮ VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO FONDĄ



Įkurtas 2016 m., Fondas - ne juridinis asmuo

Tikslas - rūpintis Lietuvos gyventojų sveikatos išsaugojimu bei stiprinimu

Finansuojami prevenciniai, mokslinių tyrimų bei socialinės kampanijos projektai

Fondo biudžetą sudaro Vyriausybės nustatytas akcizo pajamų, gautų už parduotus alkoholinius gėrimus ir apdorotą tabaką procentas, Vyriausybės nustatytas įplaukų nuo lėšų, gautų iš loterijų ir azartinių lošimų mokesčio procentas bei kitos teisėtai įgytos lėšos

Pagrindinis Fondo valdymo organas - Fondo taryba, kurią sudaro 14 narių, atstovaujančių valstybines institucijas, nevyriausybines organizacijas ar įvairias asociacijas (žr. lentelę žemiau)

Fondo administratorius - Sveikatos apsaugos ministerija

Pagrindiniai Fondo veiklą reglamentuojantys dokumentai - Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymo 38¹ straipsnis ir Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo nuostatai

Fondo tarybos sudėtis 2021 m.

Gražina Belian – pirmininkė (Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas)	Audrius Ščeponavičius (Sveikatos apsaugos ministerija)	Ignas Rubikas (Sveikatos apsaugos ministerija)	Eglė Butkevičienė (Sveikatos apsaugos ministerija)
Greta Gargasienė (Nacionalinis visuomenės sveikatos centras)	Šarūnas Frolenko (Lietuvos radijo ir televizijos asociacija)	Eglė Došienė (Jaunimo reikalų departamentas prie LR socialinės apsaugos ir darbo ministerijos)	Rolandas Zuoza (Švietimo, mokslo ir sporto ministerija)
Kristina Košel-Patil (Lietuvos autizmo asociacijos „Lietaus vaikai“ valdybos pirmininkė)	Kristina Vainienė (Lietuvos neįgaliųjų draugija)	Arnas Marcinkus (Interneto žiniasklaidos asociacija)	Rasa Navickienė (Nacionalinė rajonų ir miestų laikraščių leidėjų asociacija)
	Ramunė Kalėdienė (Nacionalinės sveikatos taryba)	Audrius Klišonis (Lietuvos savivaldybių asociacija)	

2. FONDO VEIKLA 2021 M.

2.1. Fondo biudžeto panaudojimas 2021 metais

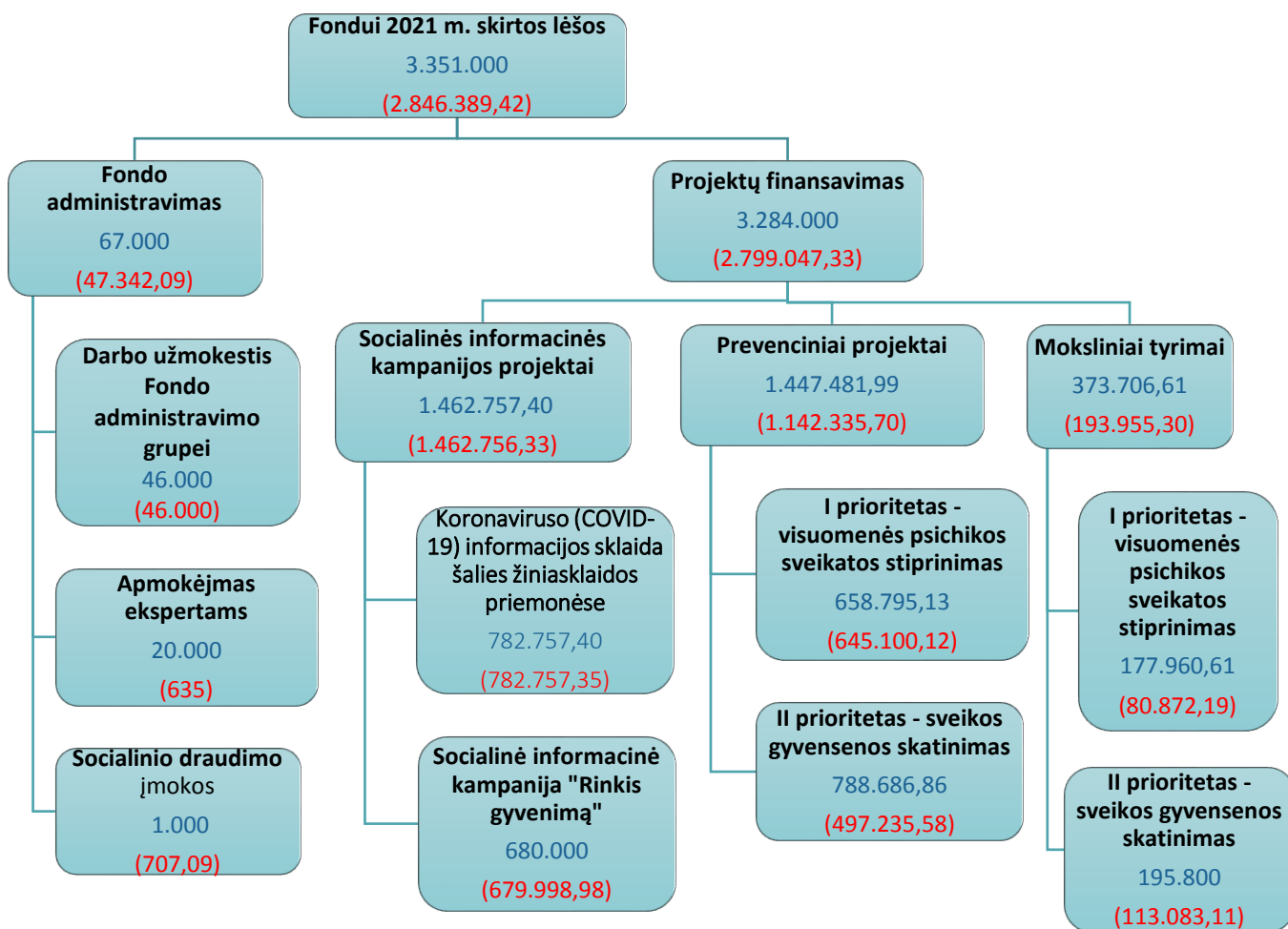
2020 m. paraiškų teikimo ir projektų atrankos ir sutarčių pasirašymo procesas dėl paskelbtos Covid-19 pandemijos užsitęsė, todėl sutartys su projektų vykdytojais buvo pasirašytos tik IV ketvirčio pabaigoje, tai lėmė, jog 2020 m. Fondo lėšų nebuvo spėta įgyvendinti, o didžioji dalis pasirašytų finansinių įsipareigojimų nusikėlė į 2021 metus. Pasikeitus Fondo lėšų panaudojimo tvarkai, kuomet Lietuvos Respublikos Konstitucinio teismo sprendimu buvo nustatyta, jog visos per kalendorinius metus nepanaudotos valstybės lėšos turi būti grąžinamos į valstybės biudžetą, didžiąją dalį 2020 m. fondo lėšų teko sugrąžinti į valstybės biudžetą, o pasirašytų sutartinių įsipareigojimų įgyvendinimą užtikrinti iš 2021 metų Fondui skirtų lėšų. Todėl 2021 m. didžioji Fondo biudžeto lėšų dalis buvo skirta 2020 m. pasirašytų sutartinių įsipareigojimų vykdymui. Likusi laisva lėšų dalis Tarybos sprendimu skirta socialinei kampanijai apie COVID-19 finansuoti.

2021 m. Fondui skirta 3 351 000 Eur. Fondo 2021 m. lėšų paskirstymas (informacija parašyta mėlynai) ir jų faktinis įsisavinimas (informacija parašyta raudonai) pavaizduotas schemeje Nr. 1.

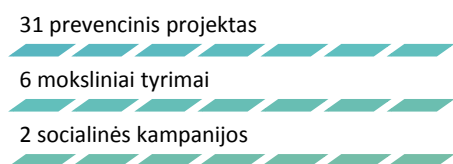
Per 2021 m. buvo įsisavinta 84, 94 proc. Fondui skirtų lėšų, t.y. 2.846.389,42 Eur. Pagrindinės lėšų sutaupymo priežastys:

- 2021 m. Fondo lėšos buvo skirtos 2020 m. pasirašytų sutartinių įsipareigojimų vykdymui, t.y. jau 2020 m. atrinktų projektų vykdymui, todėl beveik nereikėjo ekspertinio vertinimo paslaugų;
- 5 prevenciniai projektai buvo neįvykdyti (4 projektų Vykdytojai atsisakė vykdyti projektus dėl epidemiologinės situacijos šalyje, o vienas projektas nepasiekė numatytų veiklos rezultatų, todėl iš jo buvo pareikalauta sugrąžinti projekto vykdymui skirtas lėšas);
- Dėl epidemiologinės situacijos šalyje projektų vykdytojai negalėjo įgyvendinti visų numatytų veiklų arba jas įgyvendino mažesne nei planuota apimtimi atitinkamai sutaupant ir projektui suplanuotų lėšų.

Schema 1. Fondo 2020 m. lėšų paskirstymas (pažymėta mėlynai) ir jų faktinis įsisavinimas (pažymėta raudonai), Eur.



2.2. Fondo įgyvendinti projektai 2021 m.



Fondo lėšomis remti projektai prisidėjo prie visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo bei sveikos gyvensenos skatinimo – dviejų Fondo tarybos patvirtintų prioritetinių visuomenės sveikatos sričių. Buvo finansuotos įrodymais grįstos, įgūdžius

kuriančios ar elgseną keičiančios veiklos, prisidėjusios ne tik prie Fondo prioritetų įgyvendinimo, bet ir prie ilgalaikio valstybės siekio sveikatos srityje – pasiekti, kad šalies gyventojai būtų sveikesni, pailgėtų jų gyvenimo trukmė, pagerėtų gyventojų sveikata ir sumažėtų sveikatos netolygumai.

Psichikos sveikatai stiprinti įgyvendinta **16 prevencinių projektų** juose dėmesį skiriant vaikams, turintiems raidos sutrikimų, ir jų tėvams bei specialistams, dirbantiems su tokiomis šeimomis, pedagogų, statutinių pareigūnų psichoemocinio klimato gerinimui darbo vietoje, tabako gaminių ir el. cigarečių vartojimo prevencijai ir ankstyvajai intervencijai, nuotolinės ergoterapijos mokymams, azartinių lošimų, psichoaktyviųjų medžiagų prevencijai, žalos mažinimo mokymams, nevaisingumo ar krizinio nėštumo

situacijų valdymui. Taip pat pradėti vykdyti **trys moksliniai tyrimai**, susiję su psichikos sveikatai palankios mokyklos koncepcija, Lietuvos gyventojų naujoviškų bedūmių kaitinamojo tabako gaminių ir el. cigarečių paplitimu bei vartojimo įpročių aiškinimusi bei tarptautinių psichologinio vertinimo instrumentų, naudojamų psichikos ir elgesio sutrikimų diagnostikai, pritaikymu naudojimui Lietuvoje. Moksliniai tyrimai bus baigti įgyvendinti 2023 metais.

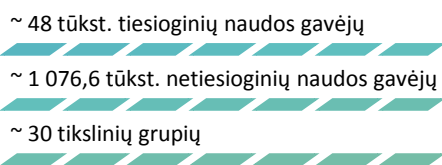
Sveikai gyvensenai skatinti įgyvendinta **15 prevencinių projektų** juose dėmesį skiriant traumų ir sužalojimų prevencijos stiprinimui, vaikų dienos režimo įpročių formavimui, netaisyklingos laikysenos profilaktikai, vaikų ir jaunimo lytinės sveikatos stiprinimui, neišnešiotų vaikų ir neįgaliųjų, įskaitant asmenis, kuriems atlikta organų transplantacija, sveikatos raštingumo didinimui, skiepijimo aprėpčių didinimui, vaikų ir jaunimo su negalia fizinio aktyvumo skatinimui. Taip pat pradėti vykdyti **trys moksliniai tyrimai** siekiant sukurti fizinio aktyvumo skatinimo darbovietėse efektyvius modelius, sukurti ir išbandyti suaugusių (18-64 metų) ir vyresnio amžiaus (65 metų ir vyresnių) asmenų fizinio pajėgumo vertinimo testų rinkinį (bateriją) bei įvertinti dažną informacinių technologijų naudojimo poveikį nepilnamečiams. Jie bus baigti 2023 metais.

Socialinės informacinės kampanijos vyko dvi – „Rinkis gyvenimą“ pagal Tarybos patvirtintas prioritetines sritis (t.y. psichikos sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos skatinimas) bei Koronaviruso (COVID-19) informacijos sklaida šalies žiniasklaidos priemonėse.

Informacija apie visus Fondo įgyvendintus projektus skelbiama **Sveikatos apsaugos ministerijos internetinėje svetainėje sam.lrv.lt** bei **rinkisgyvenima.lt**. Su „Rinkis gyvenimą“ kampanija ir kitais fondo remiamais projektais susijusias naujienas galima sekti ir socialiniuose tinkluose „Facebook“ (facebook.com/rinkisgyvenima) bei „Instagram“ (instagram.com/rinkisgyvenima).

2.3. Įgyvendintų projektų rezultatai

Absoliuti dauguma vykdytų projektų į veiklas pritraukė planuotą arba gerokai didesnę dalyvių skaičių –



tai pavyko padaryti pusei iš visų įgyvendintų projektų. Šiems projektų vykdytojams pavyko pritraukti vidutiniškai **1,9 karto daugiau** dalyvių nei kad buvo suplanavę projektų paraiškose. Tai rodo didelį vykdomų projektų aktualumą visuomenei bei aukštas

projektų vykdytojų kompetencijas gebant atliepti didesnę nei planuotą projekto paklausą. Iš viso Fondo finansuojamų projektų **veiklose dalyvavo virš 48 tūkst. asmenų**, o **netiesioginių naudos gavėjų skaičius viršija milijoną. Projektų veiklos buvo skirtos apie 30 tikslinių grupių**, apėmusių skirtingas visuomenės grupes pagal amžių (nuo vaikų iki 65+ amžiaus asmenų), socialinę padėtį (ikimokyklinukai, mokiniai, jaunimas, įvairių profesijų atstovai – mokytojai, policininkai, švietimo pagalbos atstovai, sveikatos priežiūros specialistai ir

kt., senjorai), pažeidžiamumą (onkologinėmis ligomis sergantys asmenys ir jų artimieji, autizmo spektro sutrikimą turintys vaikai ir jų artimieji, krizinį nėštumą išgyvenantys asmenys, išsėtine skleroze sergantys asmenys ir jų artimieji ir kt.).

2.3.1. I prioritetas – visuomenės psichikos sveikatos stiprinimas

~ 19, 2 tūkst. tiesioginių naudos gavėjų

~ 820 tūkst. netiesioginių naudos gavėjų

~ 20 tikslinių grupių

Igyvendinant I prioriteto „visuomenės psichikos sveikatos stiprinimas“ projektus, buvo vykdomos labai įvairios veiklos visoje Lietuvoje, pavyzdžiui, sukurta ir įgyvendinta būtent policijos pareigūnams pritaikyta intervencijos metodika, padedanti policijos

pareigūnams sumažinti streso apraiškas darbo vietoje, parengti azartinių lošimų prevencijos specialistai-konsultantai, sukurtos vaizdo konsultacijos tėvams ir specialistams kaip teikti pagalbą raidos sutrikimų turintiems vaikams ir pan. Taip pat teikta psichologinė pagalba krizinį nėštumą išgyvenančioms šeimoms, nuo azartinių lošimų priklausomiems asmenims ir jų artimiesiems, įstaigoms, susiduriančioms su probleminių vaikų elgesiu.

Projektų veiklų įgyvendinimo metu į jas tiesiogiai įtraukta **daugiau kaip 19 tūkst. asmenų (pasiekta virš 820 tūkst. asmenų)**, o veiklos buvo skirtos apie **20 tikslinių grupių**.

Fondo lėšomis įgyvendinti projektai apėmė **virš 15 veiklų formų** – tai praktiniai užsiėmimai, paskaitos, diskusijos, konferencijos, savipagalbos grupės, relaksacijos, meditacijos, edukacinės popietės, individualios ir grupinės įvairių specialistų – psichologo, kineziterapeuto, teisininko, genetiko, dulos, žindymo konsultantės – konsultacijos, supervizijos, stovyklos, seminarai, metodinė medžiaga, lankstinukai, straipsniai, leidiniai, informacinių technologijų produktai (internetiniai puslapiai, video siužetai) ir kita. Projektų metu veiklos vykdytos ne tik tiesiogiai į projektus įtrauktiems asmenims, bet sukurta ir produktų, kuriais gali naudotis visuomenė net ir pasibaigus projektui. Tokių produktų yra sukūrę 6 iš 16 įgyvendintų projektų, taip užtikrinant ir projektų tęstinumą. Šie sukurti produktai pristatomi žemiau.

Projektas „Pedagogų kompetencijų išsaugojimas, stiprinant jų psichinę sveikatą“
(Įgyvendintojas: VšĮ „Psichologinės pagalbos ir mokymų centras“):

- Parengta **rekomendacinė knyga „Stresinių ir konfliktinių situacijų valdymas darbinėje ir asmeninėje aplinkoje“**, kurioje pateikiama daug informacijos ir praktinių užduočių, skirtų savarankiškai ugdyti ir stiprinti streso bei konfliktų valdymo įgūdžius, dėmesingumu grįsto įsisaugojimo technikas. Rekomendacinė knyga prieinama visiems internetinėje svetainėje **ppmcentras.lt**.

Projektas „Elgesio korekcijos metodų taikymas dirbant su vaikais, turinčiais raidos sutrikimų“
(Įgyvendintojas: VšĮ „Švietimo pagalbos projektai“):

- Parengtas **6 mokomųjų filmų ciklas „Efektyvi pagalba įvairiapusių raidos sutrikimų turintiems vaikams“** skirtas švietimo pagalbą, socialines bei ankstyvosios reabilitacijos paslaugas teikiančių įstaigų specialistams, dirbantiems su autizmo ir kitų raidos sutrikimų turinčiais vaikais, taip pat šį sutrikimų turinčių vaikų tėvams. Mokomieji filmai prieinami **projektaisvietimui.lt** internetinėje svetainėje, YouTube kanale bei Švietimo pagalbos projektai Facebook puslapyje.

Projektas „Ne(be)lošiu“ (Įgyvendintojas: VšĮ „Darnaus vystymo projektai“):

- Parengta **40 azartinių lošimų prevencijos specialistų-konsultantų**. Juos bus siekiama įtraukti ir į visuomenės sveikatos biurų, vietos bendruomenių, NVO veiklas, susijusias su žalingų įpročių (įskaitant ir azartinius lošimus, ypač internete)) prevencija. Parengti specialistai taip pat dalyvaus kituose pareiškėjo ir partnerių įgyvendinamuose projektuose taip užtikrinant, kad specialistams suteiktos žinios, gebėjimai ir kompetencijos, jų įgyta patirtis dirbant su įvairiomis gyventojų grupėmis būtų sėkmingai panaudojama ir toliau.

Projektas „Nepriklausau.lt“ (Įgyvendintojas: Lietuvos psichikos sveikatos institutas):

- Parengta **10 specializuotų šviečiamojo pobūdžio vaizdo klipų** vaikams ir jaunimui, kuriuose perteikiama mokslu grįsta psichoedukacija **apie azartinius lošimus ir priklausomybę nuo jų**, galimas lošimų intensyvėjimo priežastis, priklausomybės vystymosi mechanizmus, žalą organizmui. Parengti vaizdo klipai patalpinti internetinėje svetainėje **www.nepriklausau.lt**, kurioje taip yra atnaujintas ir turinys azartinių lošimų prevencijos tematika.
- Įrašyta **10 seminarų gimnazistams bei 10 seminarų tėvams ir mokytojams apie lošimus ir priklausomybę nuo jų**. Jie yra patalpinti **YouTube kanale** (Lietuvos priklausomybės ligų instituto paskyroje).

Projektas „Savarankiškumo paslaptys sveikatą“ (Įgyvendintojas: Vilniaus išsėtinės sklerozės draugija):

- Parengti **ergoterapijos nuotoliniai užsiėmimai**, kuriuose gali dalyvauti visi asmenys, nepriklausomai nuo jų amžiaus, statuso ar fizinės būklės. Asmenys gali namų aplinkoje, prisijungę prie internetinės platformos, dalyvauti nuotoliniuose ergoterapijos mokymuose ir seminaruose, kurie padės grįžti prie sėkmingo savarankiško įgūdžių lavinimo ir atkūrimo bei produktyvaus ir visaverčio gyvenimo. Užsiėmimai ypač aktualūs asmenims, patyrusiems įvairių galvos smegenų traumų, sergantiems išsėtine skleroze, reumatoidiniu artritu, Parkinsono liga ar turintiems rimtų sužalojimų. Mokymai prieinami svetainėje **savarankiski.lt**

Projektas „Šeimos ašara (sveikatos priežiūros specialistų kompetencijų didinimas dirbant su šeimomis patyrusiomis kūdikio netektį nėštumo metu, gimus negyvagymiui ar kūdikiui mirus po gimimo)“ (Įgyvendintojas: Būsimų ir esamų mamų ir tėvelių asociacija „Gandras“):

- Parengti ir išleista **pirmoji lietuviška knyga, skirta perinatalinei netekčiai „Didesnio skausmo nebūna. Atsakymai, pagalba ir viltis, netekus kūdikio“**. Knygos tiražas – 2000 vnt. Ji taip pat yra prieinama PDF formatu svetainėje **www.kudikionetektis.lt**. Taip pat yra sukurti 5 vaizdo įrašai sveikatos priežiūros specialistams ir tėvams, kurie irgi yra patalpinti svetainėje **www.kudikionetektis.lt**

Pagrindiniai rezultatai įgyvendinant projektus visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo srityje:

Dauguma projektų vykdytojų projektų rezultatyvumą matavo atlikdami dalyvių anketines apklausas. Buvo klausiama ar veiklos buvo naudingos, ar suteikė reikalingų žinių, išmokė naujų įgūdžių ir pan. Taip pat kai kurie vykdytojai organizavo ir diskusijas ar projekto dalyvių žinių, įgūdžių vertinimo pokyčius prieš ir po projekto veiklų.

Tėvai, turintys vaikų su autizmo spektro sutrikimu, bei specialistai dirbantys su tokiais vaikais pagerino teorines žinias, aplinkos pritaikymo, vizualinės pagalbos bei praktinius elgesio korekcijos ir socialinius-komunikacinius įgūdžius, reikalingus tokių vaikų ugdymui. Ugdymo ir socialinės priežiūros įstaigos sulaukė atitinkamų konsultacijų ir mokymų aptariant konkrečius vaikų probleminio elgesio sprendimus. Buvo stiprinama ir formuojama nuostata, jog sudėtingas vaiko, turinčio autizmo spektro sutrikimų, elgesys yra jo natūrali būseną, o ne blogo elgesio apraiška, todėl reikia atitinkamai priimti suprasti ir padėti. Taip pat stiprintos prielaidos kokybiškam inkluzinio ugdymo įgyvendinimui.

Padidėjo projektuose dalyvavusių ugdymo įstaigų darbuotojų, policijos pareigūnų psichologinis atsparumas neigiamiems psichosocialiniams profesinės rizikos veiksniams. Gerėjo projektų dalyvių streso valdymo, konfliktų sprendimo įgūdžiai, augo pasitikėjimas savimi, įgyta žinių apie sąmoningumu grįsto atsipalaidavimo technikas. Išmoktomis praktikomis ir technikomis buvo dalijamasi su kolegomis. Psichologinės intervencijos, mažinančios policijos pareigūnų streso apraiškas darbo vietoje (modelio), efektyvumo vertinimas parodė, kad po dviejų savaitių dalyvavimo šioje programoje tarp dalyvavusių policijos pareigūnų reikšmingai sumažėjo subjektyviai suvokiamas stresas, o po mėnesio šalia reikšmingai sumažėjusio suvokiamo streso pastebėti ir geresni dėmesingo įsisąmoninimo gebėjimai, geresnis sveikatos vertinimas, mažesnis nuovargis, depresiškas bei susierzinimas lyginant su policijos pareigūnų, nedalyvavusių šioje programoje grupe.

Didėjo dalyvių supratimas ir žinios apie ergoterapiją, jos naudą ir galimybes ją naudoti kasdieniame gyvenime.

Didėjo mokinių kritinis mąstymas ir sąmoningumas apie azartinius lošimus. Itin pasiteisino jaunimo įgalinimas vesti azartinių lošimų prevencijos užsiėmimus – tokių apmokytų jaunųjų lyderių vesti užsiėmimai sulaukė absoliučios daugumos (92 proc.) teigiamų atsiliepimų. Taip pat didėjo tėvų supratimas apie azartinių lošimų priklausomybės išsivystymo fiziologinius aspektus, kur galima kreiptis pagalbos – absoliuti dauguma tėvų po projekto veiklų teigė, jog jų žinios apie azartinius lošimus tapo gilesnės ir padės apsaugoti vaikus nuo galimų problemų bei kad jie žinos, kur kreiptis pagalbos esant poreikiui (atitinkamai 95,7 proc. ir 91,5 proc.).

Gerėjo kompleksinės pagalbos gavimo galimybės šeimoms, patiriančioms krizinį nėštumą, o pagalbą gavusieji ją vertino pozityviai, apibūdino, kad tai prisidėjo prie jų emocinės būklės pagerėjimo. Suteiktos paslaugos vertintos labai gerai arba gerai (atitinkamai 93 proc. ir 7 proc.). Didėjo tėvų, išgyvenančių kūdikio

netektį, galimybės laiku gauti psichosocialinę pagalbą, gerėjo akušerių bei studentų, besiruošiančių tapti akušeriais, kineziterapeutais ir ergoterapeutais ir dalyvavusių projekte žinios, kaip bendrauti su tokiomis šeimomis, kur jas galima nukreipti pagalbos.

2.3.2. II prioritetas – sveikos gyvensenos skatinimas

~ 28, 8 tūkst. tiesioginių naudos gavėjų

~ 256,6 tūkst. netiesioginių naudos gavėjų

~ 15 tikslinių grupių

Igyvendinant II prioriteto „sveikos gyvensenos skatinimas“ projektus, buvo vykdomos labai įvairios veiklos visoje Lietuvoje, pavyzdžiui, rengta informacinė medžiaga, pratimų kompleksai, mankštų ciklai, vaizdo įrašai traumų prevencijai, organizuotos

sveikatingumo stovyklos vyresnio amžiaus asmenims bei vaikams siekiant stiprinti traumų ir sužalojimų prevencijos įgūdžius, parengtos pamokėlės vaikams kaip saugiai elgtis vandenyje, parengtos mobiliosios programėlės, skirtos padėti vaikams formuoti dienos režimo įgūdžius, vyko bendri neįgalių ir sveikų vaikų sporto užsiėmimai, didintas lėtinėmis inkstų ar onkologinėmis ligomis sergančių, asmenų sveikatos raštingumas parengiant jiems atitinkamą informacinį turinį (vaizdo įrašus, informacinius bukletus, straipsnius ir pan.), rengtas lytiškumo ugdymo turinys (vaizdo įrašai, žaidimas) ir apmokymai kaip juo naudotis specialistams, dirbantiems su mokiniais lytiškumo ugdymo temomis.

Projektų veiklų įgyvendinimo metu į jas tiesiogiai įtraukta **beveik 29 tūkst. asmenų (pasiekta virš 256 tūkst. asmenų)**, o veiklos buvo skirtos apie **15 tikslinių grupių**.

Fondo lėšomis įgyvendinti projektai apėmė **virš 15 veiklų formų** – tai praktiniai užsiėmimai (mankštų ciklai, šiaurietiško ėjimo užsiėmimai, treniruotės baseine), žygiai, boulingo užsiėmimai, mokymai, paskaitos, konferencijos, stovyklos, seminarai, metodinė medžiaga, lankstinukai, straipsniai, leidiniai, informacinių technologijų produktai (vaizdo siužetai, mobiliosios programėlės, internetinis žaidimas) ir kita. Projektų metu veiklos vykdytos ne tik tiesiogiai į projektus įtrauktiems asmenims, bet sukurta ir produktų, kuriais gali naudotis visuomenė net ir pasibaigus projektui. Tokių produktų yra sukūrę net 9 iš 15 įgyvendintų projektų, taip užtikrinant ir projektų tęstinumą. Šie sukurti produktai pristatomi žemiau.

Projektas „Amžius ne riba – patirk judėjimo džiaugsmą!“ (Vykdytojas: VšĮ „Judu sveikai“):

- Sukurta **14 video paskaitų griuvimų prevencijos klausimais**. Sudarytos galimybės aktualią informaciją ir atsispausdinti. Informacija patalpinta internetinėje svetainėje **www.niastudija.lt** bei **Youtube kanale** (<https://tinyurl.com/ycktsnrv>)

Projektas „Fizinis ir emocinis pasirengimas, siekiant išvengti traumų arba atsistatyti po jų“ (Vykdytojas: VšĮ „Inspira Altum“):

- Sukurta **traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos metodika, kuri pritaikyta dviem pagrindinėms tikslinėms grupėms: vaikams ir suaugusiems**. Sukurta metodika ir su šia tema susijusi aktuali informacija apie pagrindines traumų priežastis, faktorius lemiančius nelaimingų įvykių tikimybę, būdai bei metodai kaip jų išvengti ir esminiai principai kaip elgtis įvykus tokio tipo įvykiui, kad atsistatymo procesas būtų kuo sklandesnis yra viešai prieinama internetinėje svetainėje **www.inspiramokymai.lt**

Projektas „Traumų prevencijos įgūdžių formavimas sveikam senėjimui“ (Vykdytojas: Valakupių reabilitacijos centras):

- Sudarytas **savaitinis pratimų kompleksas**, kurį sudaro ne mažiau kaip 7 nesudėtingi namuose ir lauke atliekami fiziniai pratimai. **Kompleksas vaizdo įrašų formatu patalpintas internetinėje svetainėje www.reabilitacija.lt** bei **Valakupių reabilitacijos YouTube kanale**. Pratimus gali atlikti asmenys savarankiškai namuose arba su specialistų pagalba slaugos, globos namuose, reabilitacijos ar senjorų dienos centruose.

Projektas „Internetinis žaidimas Leonardo pamokėlės“ (Vykdytojas: Lietuvos vaikų ir jaunimo centras):

- Sukurtas **internetinis žaidimas „Leonardo pamokėlės“** ikimokyklinio ir pradinio ugdymo vaikams apie saugų elgesį prie vandens. Ugdymo priemonę sudaro teorinė medžiaga mokytojui, trys pamokos ir kūrybinės užduotys vaikams. Žaidime subalansuotai pateiktos teorinės, praktinės, kūrybinės užduotys leidžia išvengti monotonijos pamokų metu ir gali būti plačiai naudojamos Lietuvos ugdymo įstaigose. Žaidimas ir visa su juo susijusi medžiaga patalpinta **<https://saugumasvandenyje.lt/>**

Projektas „Lytiškumo kuprinė“ (Vykdytojas: VšĮ „Įvairovės ir edukacijos namai“):

- **Parengta metodinių lytiškumo ugdymo išteklių bazė ugdytojams**, kurią sudaro 6 skirtingas temas pagal Sveikatos, lytiškumo ugdymo ir rengimo šeimai programą analizuojančių pamokų planai bei 12 vizualų, padedančių vesti pamokas pedagogams. Išteklių bazė yra patalpinta svetainėje **www.ivairovesnamai.lt/istekliu-baze**
- Sukurtas **stalo žaidimas „Lytiškumo kuprinė“**, kuris yra pritaikytas 5–6 ir 7–8 klasių mokinių grupėms. Žaidime mokinioamžiui pritaikyta informacija yra pateikiama skirtingais formatais, kurie skatina pasitelkti kūrybinį mąstymą, ieškant teisingo atsakymo ar sprendimo bei jų argumentavimo. Be to, žaidimo mechanika leidžia sukurti atstumą, kuris užtikrina emocinį saugumą. Toks žaidimo formatas ugdo mokinių gebėjimą bendrauti ir bendradarbiauti bei suteikia galimybę prieiti prie lytiškumo temų per skirtingas perspektyvas. Ugdytojams(-oms), tuo tarpu, yra suteikiama visa reikalinga medžiaga vesti žaidimą bei informacija, padedanti rasti atsakymus į gvildenamus klausimus. Kartu su žaidimu yra parengtos metodinės gairės ir užsiėmimų planai, skirti 5–8 klasių moksleiviams(-es) ugdantiems specialistams(-ėms). Mokyklos, norinčios išbandyti šį žaidimą gali kreiptis el. paštu lytiskairastingi@gmail.com

Projektas „Nepatogūs klausimai - kalbėkimės! (Vykdytojas: VšĮ "Trakų švietimo centras"):

- Parengti **5 trumpi animuoti filmukai paauglių lytinio elgesio tematika 13-15 metų mokiniams**. Provokuojantys paauglių reakcijas animacijos veikėjų pasirinkimai įgalina socialiai jautrius lytiškumo klausimus mokiniams ir mokytojams aptarti ir diskutuoti patraukliu formatu.
- Parengta metodinė medžiaga mokytojams, švietimo pagalbos ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistams orientuota į vaizdo medžiagos veiksmingą panaudojimą, siekiant aktyvaus mokinių įtraukimo į lytinės sveikatos stiprinimą.
- Filmukai ir metodinė medžiaga patalpinta <https://trakaisc.lt/naujienos-educacines-patirties-bankas.php>

Projektas „Mobilios programėlės, skirtos vaikų dienos režimo įgūdžių formavimui, sukūrimas“ (Vykdytojas: Sveiko judesio asociacija):

- Sukurta **Mobilioji programėlė „MANO SAVAITĖ“**, padedanti 7–14 metų vaikams planuoti savo darbo ir poilsio dienos režimą. Programėlė sukurta taip, kad vaikui nereikėtų galvoti dienos veiklų, jas galima pasirinkti iš siūlomo pamokų, užklasinų veiklų ir kasdienių užduočių sąrašo. Programėlė prieinama iOS ir Android operacines sistemas naudojantiems įrenginiams ir yra viešai patalpinta „GooglePlay“ bei „App Store“ mobiliųjų programų parduotuvėse.

Projektas „Šiuolaikiškas ir inovatyvus vaikų dienos įpročių formavimas“ (Vykdytojas: Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras):

- Sukurta **mobilioji programėlė „Sveikas ritmas“**, į kurią keliama aktuali informacija, susijusi su fiziniu aktyvumu, skelbiamos nuotolinės nemokamos paskaitos, seminarai sveikatingumo temomis, vykstantys Telšių rajone. Taip pat yra funkcionalumai, padedantys vaikui formuoti dienos įpročius. Programėlę nemokamai galima atsisiųsti iš mobiliųjų programų parduotuvių.

Projektas „Neįgaliųjų asmenų sveikatos raštingumo didinimas“ (Vykdytojas: Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija):

- Parengti **5 edukaciniai leidiniai sveikatos raštingumo klausimais** (apie kaulų sveikatą, kaip sustiprėti po vėžio gydymo, kaip įsitraukti į savo ar artimojo sveikatos priežiūros ir gydymo procesą ir pan.). Jų el. versijos patalpintos internetinėje svetainėje www.pola.lt
- Parengtos **8 edukacinės vaizdo siužetų paskaitos sveikatos raštingumo temomis** (burnos sveikata iki ligos ir po jos, mityba pašalinus skrandį, limfedema: priežastys, simptomai ir diagnostika, stomos priežiūra ir pan.). Jos patalpintos internetinėje svetainėje www.pola.lt, **POLA Facebook paskyroje bei POLA youtube paskyroje**

Pagrindiniai rezultatai įgyvendinant projektus sveikos gyvensenos formavimo srityje:

Gerėjo vyresnio amžiaus asmenų ir vaikų traumų prevencijos įgūdžiai. Projektų dalyviams pagerėjo emocinė sveikata, širdies ir kraujagyslių sistemos darbas, pagerėjo pusiausvyra, laikysena ir koordinacija, atsirado didesnė motyvacija užsiimti fizinio aktyvumo veiklomis, sustiprėjo raumenys, padidėjo ištvermė. Projekto „Lietuvos moksleivių taisyklingos laikysenos įgūdžių formavimas, pasitelkiant CANTIENICA® metodą.“ (Vykdytojas: VšĮ Sporto klubas RASKK) rezultatai rodo teigiamą CANTIENICA mankštų poveikį mokinių laikysenai. Mankštų dėka apie 10 proc. mokinių, turėjusių ydingą laikyseną, reikšmingai ją pagerino sumažinę dubens pasvirimo kampą, kaklo ir juosmens linkius. 26,5 proc. mokinių reikšmingai pakito kaklo kampas, 50,0 proc. mokinių - juosmens kampas, 50,9 proc. mokinių - galvos kampas ir 29,2 proc. mokinių -

dubens kampas. Tuo tarpu projekto „Traumų ir sužalojimų (įskaitant skendimus) prevencijos, skirtos 65+ asmenų, vaikų ir jaunimo tikslinėms grupėms, stiprinimas Kėdainių rajone“ (Vykdytojas: Kėdainių r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuras)“ dalyvių koordinacijos, pusiausvyros ir fizinio pajėgumo testavimo rezultatai prieš ir po projekto veiklų parodė, kad po treniruočių programos pagerėjo arterinio kraujospūdžio būklė – sistolinis kraujo spaudimas vidutiniškai sumažėjo 5,44 punktais, o diastolinis – 1,39). Taip pat vidutiniškai 2,90 cm sumažėjo juosmens apimtis, kas leidžia teigti, jog sumažėjo širdies ir kraujagyslių sistemos ligų rizika. Stebimas ir statinės pusiausvyros (stovėjimo ant vienos kojos) statistiškai reikšmingas pagerėjimas (vidutiniškai nuo 35, 96 s prieš treniruotes iki 36,78 s po treniruočių). Didėjo specialistų kompetencija kaip saugiai organizuoti mankštas ir užsiėmimus vyresnio amžiaus asmenims.

Pagerėjo projektų dalyvių žinios apie sveiko gyvensenos įpročius, kaip elgtis ir kur kreiptis ištikus nelaimingam atsitikimui bei kaip apie nelaimingų įvykių prevenciją kalbėti su vaikais.

Didėjo su mokiniais dirbančių specialistų kompetencija kaip dirbti lytiškumo ugdymo temomis su mokiniais, gerėjo mokinių žinios šioje srityje.

Didėjo onkologinėmis ligomis, lėtinėmis inkstų ligomis sergančiųjų sveikatos raštingumas.

Autizmo spektro sutrikimą turintys vaikai, kurie dalyvavo projektuose, išmoko plaukti, sustiprėjo fiziškai.

Sudarytos geresnės sąlygos vaikų dienos režimo įgūdžių stiprinimui naudojantis sukurtais įrankiais (mobiliosiomis programėlėmis). Didėjo asmenų žinios ir suvokimas apie dienos režimo svarbą, jo poveikį fizinei ir psichikos sveikatai.

2.3.3. Socialinė informacinė kampanija „Rinkis gyvenimą“



Tęstinė socialinė informacinė kampanija „Rinkis gyvenimą“ yra įgyvendinama Lietuvos žiniasklaidoje ir viešosiose erdvėse. Jos metu įvairiuose žiniasklaidos kanaluose skelbiama informacija, skatinanti sveikesnius pasirinkimus įvairiose srityse – nuo mitybos iki žalingų įpročių atsisakymo, psichikos sveikatos bei sveikos gyvensenos. Prie kampanijos „Rinkis gyvenimą“ prisijungė nacionalinė ir regioninė spauda, didžiausi interneto naujienų portalai, televizija ir radijas, taip pat ji vykdoma lauko reklamos stenduose bei socialiniuose tinkluose Facebook ir „Instagram“.

„Rinkis gyvenimą“ kampanija taip pat išskirtinė tuo, kad apjungia įprastai konkuruojančius žiniasklaidos kanalus bendram tikslui, tad vieninga kampanija bei jos žinutės matomos itin plačiai, pasiekia iš esmės visą Lietuvos visuomenę.

Ataskaitiniu laikotarpiu socialinės kampanijos metu buvo skiriama itin daug dėmesio siekiant keisti visuomenės (piliečių) nuostatas, susijusias su sveikos gyvensenos ir visuomenės psichikos sveikatos stiprinimu (vaikų ir jaunimo lytinės sveikatos stiprinimas, vakcinavimo skatinimas, nevaisingumo ir krizinio nėštumo situacijų valdymas, azartinių lošimų prevencija, psichoaktyviųjų medžiagų prevencija ir kt.).

Nemažai sukurto turinio turi išliekamąją ilgą vertę ir bus neribotą laiką publikuojama interneto naujienų portaluose bei pasiekama tiek per specialias žymas, tiek per paieškos sistemas

Pagrindiniai socialinės kampanijos „Rinkis gyvenimą“ rezultatai pristatomi žemiau.

Nacionalinė televizija

- Rodyti 15 s ir 30 s trukmės TV klipai.
- Klipai LNK grupės TV kanaluose (LNK, BTV, Info TV, TV1) bei AML grupės TV kanaluose (TV3, TV6 ir TV8) parodyti 1080 kartų (po 540 kartų kiekvienoje grupėje).
- Klipus pamatė 78,3 proc. visų žiūrovų nuo 4 metų arba apie 2 milijonus 100 tūkst. žiūrovų.

Regioninė televizija

- 5 skirtingi socialinės reklamos klipai ištransliuoti 4859 kartus (kiekvienas po 308 kartus).

Internetiniai portalai

- Tv3.lt, lrytas.lt, 15min.lt, delfi.lt portaluose paskelbta 146 turinio vienetų, jie buvo skaityti daugiau nei 3, 5 milijonų kartų.
- Rodyta socialinė reklama: įvairaus turinio interneto skydeliai. Iš viso ištransliuota 135 milijonai reklamos parodymų. Jie sulaukė 174 tūkstančių paspaudimų.
- Vykdytos vaizdo konferencijos (po 5 delfi.lt ir 15min.lt), testai skaitytojams (po 2 delfi.lt ir 15min.lt), skaitytojų apklausa (po 5 delfi.lt ir 15min.lt ir 2 lrytas.lt), rodomas multimedijos pasakojimas (po 1 delfi.lt ir 15min.lt).

Nacionalinis raštingumo testas

- parengtas **Nacionalinis sveikatos raštingumo testas**, kuris buvo paskelbtas internete rinkisgyvenima.lt/sveikatingumo-testas/
- Testas reklamuotas socialiniame tinkle „Facebook“ 4 884 319 kartų, pasiekta 543 273 žmonių, sulaukta 8 478 paspaudimų, iš jų 5 992 – unikalūs.

Nacionalinė, regioninė ir specializuota spauda

- Publikuotos 46 publikacijos, parengti 6 maketai. Straipsniai publikuoti buvo tokiuose nacionalinio lygmens leidiniuose kaip „Gyvenimo būdas“, „Savaitgalis“, „Stilius“, „Savaitė“, „Namie ir sode“, „Žmonės“, „Ji“.
- Publikuota socialinės kampanijos informacija 40 šalies periodinių leidinių – regioninių ir vietos laikraščių ir jų interneto svetainėse. Parengtas ir paskelbtas 14 straipsnių ciklas. Potenciali auditorija, kurią pasiekė kampanija, siekia **514 tūkst.** žmonių.
- manodaktaras.lt, sveikas.lt, vlmedicina.lt) ir šių portalų socialinio tinklo paskyrose metu parengta ir išpublikuota daugiau nei **70 autorių straipsnių**. Ištransliuota ne mažiau kaip **1 mln.** reklamos skydelių.

Regioninės radijo stotys

- Sukurti 9 radijo klipai ir 4 radijo siužetai, kurie buvo transliuojami **15-oje radijo stočių**. Radijo klipus ir siužetus išgirdo ne mažiau kaip **500 tūkst.** žmonių.

Lauko reklamos stendai

- Socialinė reklama buvo skelbiama 64-iose plokštumose daugiau nei **50-yje Lietuvos savivaldybių**.
- Sukurtas specialus kampanijos rinkisgyvenima.lt interneto svetainės polapis **www.ilgiau.lt** su sveikatos raštingumą skatinančiais testais internete (jame apsilankė 1358 unikalūs vartotojai). Visos pasiektos lauko reklamos auditorijos skaičius per kampanijos laikotarpį siekė **462,5 tūkst**

Viešasis transportas

- Informaciniai klipai buvo rodomi per 430 ekranų viešajame transporte Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose ir Panevėžyje.
- Atlikto viešajame transporte rodomų informacinių klipų žinomumo tyrimo rezultatų duomenys rodo, kad absoliuti dauguma (94 proc.) besinaudojančių viešuoju transportu teigė žiūrintys informaciją, transliuojamą viešajame transporte: ketvirtadalis (25 proc.) apklaustųjų žiūri visada, o 69 proc. - kartais žiūri. Rodytų informacinių klipų žinomumas siekė 62 proc.: 15 proc. respondentų, besinaudojančių viešuoju transportu teigia matę daugelį / visus informacinius klipus, 47 proc. teigė matę bent vieną.

2.3.4. Socialinė informacinė kampanija „Koronaviruso (COVID-19) informacijos sklaida šalies žiniasklaidos priemonėse“



Socialine informacine kampanija „Koronaviruso (COVID-19) informacijos sklaida šalies žiniasklaidos priemonėse“ siekta informuoti visuomenę apie mokslo įrodymais grįstos koronaviruso situacijos valdymą šalyje, prevencines ir apsaugos priemones, vakcinacijos būtinumą ir naudą, teikiamas sveikatos priežiūros paslaugas, koronavirusinės infekcijos tyrimą ir gydymą, galimybes gauti emocinę pagalbą ir kitais aktualiais klausimais. Kampanija apėmė **beveik 90** skirtingų sklaidos priemonių bei būdų ir vyko nacionalinėse televizijose, interneto portaluose, nacionalinėje spaudoje, regioninėje spaudoje, specializuotoje žiniasklaidoje, radijo stotyse, socialiniuose tinkluose, prekybos centruose ir lauko stenduose. Tokia didelė įvairovė leido kampanijos žinutes paskleisti itin plačiai ir pasiekti iš esmės visą Lietuvos visuomenę. Pagrindiniai socialinės kampanijos „Koronaviruso (COVID-19) informacijos sklaida šalies žiniasklaidos priemonėse“ rezultatai pristatomi žemiau.

Nacionalinė televizija

- Rodyti 10 s, 15 s ir 30 s trukmės TV klipai.
- Klipai LNK grupės TV kanaluose (LNK, BTV, Info TV, TV1), Lryto TV bei AML grupės TV kanaluose (TV3, TV6 ir TV8) parodyti 1370 kartų.
- Kampanija pasiekė **72,9 proc.** Lietuvos gyventojų, arba **1,958 milijono gyventojų**

Internetiniai portalai

- Tv3.lt, lrytas.lt, 15min.lt, delfi.lt portaluose publikuotas **81** turinio vienetas.
- Publikuotas turinys peržiūrėtas beveik **1, 434 milijono** kartų.
- Įvyko 6 vaizdo konferencijos, 2 multimedijos pasakojimai, 4 skaitytojų apklausos, 2 interaktyvūs testai.
- **69 mln. kartų buvo** rodyti reklaminiai baneriai, jie paspausti **147 444 kartus**.

Nacionalinė spauda

- Informacija dalintasi tokiuose leidiniuose kaip „Lietuvos rytas“, „Savaitė“, „Žmonės“, „Ji“, „Prie kavos“, „Prie kavos. Moters patarimai“, „Edita“, „Ekspress nedelia“.
- Publikuoti **36** aukštos kokybės turinio straipsniai bei kiti papildomi straipsniai aktualiomis temomis projekto vykdytojo ir partnerių iniciatyva.
- Straipsniai patalpinti socialiniuose tinkluose, portaluose, ir papildomai prie projekto veiklų prisijungusiuose portaluose.

Regioninė spauda

- Informacija publikuota 40-yje šalies periodinių leidinių – regioniniuose ir vietos laikraščiuose ir jų interneto svetainėse.
- Parengtas ir paskelbtas 12 straipsnių projekto „Kartu mes galime viską!“ ciklas apie vakcinacijos reikšmę, svarbą ir dezinformaciją ir kt.
- Potenciali auditorija, kurią pasiekė kampanija, siekia **400 tūkst.** žmonių.

Specializuota spauda

- Sukurtos 5 TV laidos, 10 radijo laidų, publikuota 20 tekstų portaluose sveikata.lt ir vlmedicina.lt. Taip pat publikuota banerinė reklama
- Tekstai ir maketai spausdinti leidinyje „Sveikata“, rudens ir žiemos numeriuose.
- Vykdyta komunikacija socialiniame tinkle Facebook.
- Pasiektos auditorijos dydis – ne **mažiau 551 tūkst.** žmonių.

Socialiniai tinklai

- Bendras reklamos kampanijos socialiniuose tinkluose pasiekiamumas sudarė **3,1 mln.**, o unikalių interneto vartotojų pasiekta **1,1 mln.** žmonių.

Radijo stotys

- Sukurti ir pagaminti 3 reklaminiai garso klipai ir 5 skirtingi informaciniai pranešimai, kurie transliuoti 6 radijo stotyse
- Septyniose nacionalinėse radijo stotyse ištransliuoti 505 reklaminiai garso klipai.
- Šešių nacionalinių stočių tiesioginiuose eteriuose pateikti ne trumpesni kaip 60 sekundžių 52 informaciniai pranešimai

Prekybos centrai ir lauko reklamos stendai

- Transliacijos vyko 222 ekranų prekybos centruose, 600 ekranų vaistinėse, 13 LED ekranų miestų gatvėse, 12 plokštumų miestuose ir automagistralėje. Taip pat 300 iškabintų spausdintų plakatų mažų miestelių parduotuvėse.

Kita

- organizuoti su kampanijos temomis susiję Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo renginiai:
- virtuali pamoka Zoom platformoje (tema: virusai ir skiepai).
- tiesioginė transliacija Sveikatos apsaugos ministerijos Facebook puslapyje ir diskusija apie tai kaip kalbėti ir rašyti apie psichikos sveikatą