

VILNIUS SVEIKIAU

„VILNIUS SVEIKIAU“
2025 M. VEIKLOS ATASKAITA



TURINYS:

1. Turinys 3

2. Direktorės žodis 4

3. Apie „Vilnius sveikiau“ 2025 m. 6

3.1. Misija, vizija, vertybės 8

3.2. 2025 m. svarbiausi įvykiai 11

3.3. Auginome ir stiprinome „Vilnius sveikiau“ auditoriją 12

3.4. Lėšos 14

4. „Vilnius sveikiau“ 2025 m. veikla 16

4.1. „Vilnius sveikiau“ renginiai ir komunikacinės kampanijos 18

4.2. Visuomenės sveikatos priežiūra ugdymo įstaigose 28

4.3. Visuomenės sveikatos stiprinimas 32

4.3.1. Psichikos sveikata 33

4.3.2. Fizinis aktyvumas 36

4.3.3. Ligų prevencija 38

4.4. Visuomenės sveikatos stebėsena 40

4.4.1. Ataskaitos, tyrimai, stebėsenos veikla 41

4.5. Projektai ir modeliai 44

4.5.1. „Planet Youth“ 44

4.5.2. „Aurora“ 46

4.5.3. Sveikatingumo pasas 47

4.5.4. „DietWise“ 48

4.5.5. NTAKD 48

4.5.6. „Neįtikėtini metai“ 49

4.5.7. Regioninės plėtros projektas 50

4.5.8. Kompleksinių ir integruotų, mokslu pagrįstų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumo užtikrinimas, bazinių visuomenės sveikatos paslaugų tikslinėms grupėms teikimo projektas 51

5. Atsiliepimai 52

Mieli kolegos, partneriai ir vilniečiai,

2025-ieji buvo kupini iššūkių, bet kartu atnešė ir daug džiaugsmo. Smagu matyti, kaip mūsų bendruomenė tampa sveikesnė, stipresnė ir aktyvesnė. Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras „Vilnius sveikiau“ kryptingai siekė stiprinti Vilniaus gyventojų sveikatą, įgyvendindamas įvairias visuomenės sveikatos stiprinimo ir prevencijos veiklas, kurios atspindėjo mūsų strateginį tikslą – prisidėti prie ilgesnio ir sveikesnio vilniečių gyvenimo.

Per metus 229 darbuotojų komanda įgyvendino įvairaus pobūdžio veiklas, skirtas įvairioms miesto gyventojų grupėms – nuo pačių mažiausių vilniečių iki senjorų. Iš viso įgyvendintos 23 162 veiklos, kuriose dalyvavo daugiau kaip 360 tūkst. gyventojų.

Džiaugiamės vaikams ir jaunimui skirtomis veiklomis, kurių didelė dalis įgyvendinama ugdymo įstaigose – mokyklose ir darželiuose. Buvo surengta daugiau kaip 13 tūkst. sveikatos stiprinimo veiklų, įtraukusių daugiau kaip 200 tūkst. vaikų ir jaunimo. Daugiausia dėmesio skirta sveikos mitybos, burnos higienos, traumų ir susižalojimų, užkrečiamųjų ligų prevencijos bei psichikos sveikatos temoms. Bendradarbiaudami su ugdymo įstaigų bendruomenėmis formavome ne tik vaikų, bet ir tėvų (globėjų, rūpintojų), mokytojų ir kitų darbuotojų sveikos gyvensenos įpročius.

Didelį dėmesį skyrėme darbui su jaunimu pagal „Planet Youth“ modelį, kuriuo Vilniaus mieste toliau plėtojame psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją. Surengėme tarptautinę konferenciją ir įkūrėme „Planet Youth“ akademiją, prie kurios pirmaisiais metais prisijungė 13 mokyklų. Tai pradžia, kuri, tikime, atneš matomų ir realių pokyčių. Taip pat pagal „Planet Youth“ modelį įgyvendinome socialinę kampaniją „Leiskite patirti, neduokite paragauti“, sulaukusią tarptautinio pripažinimo ir publikuotą prestižiniame kūrybos žurnale „Lürzer's Archive“.

Reikšminga „Vilnius sveikiau“ veiklos dalis buvo suaugusiųjų sveikatos stiprinimas: psichikos sveikatos užsiėmimuose dalyvavo daugiau kaip 30 tūkst. gyventojų, sveikos mitybos ir nutukimo prevencijos iniciatyvose – beveik 43 tūkst., o fizinio aktyvumo – daugiau kaip 56 tūkst. dalyvių. Gyventojams siūlėme įvairias sveikatos stiprinimo programas – nuo fizinio aktyvumo projektų „Atrask save judesyje“ ir „Ruoškis bėgti“ iki vasaros jogos užsiėmimų Vingio parke.

2. DIREKTORĖS ŽODIS

Per metus buvo įgyvendinamos trys pagrindinės strateginės kryptys:

- Psichikos sveikatos stiprinimas ir tyčinių susižalojimų prevencija – kartu su Vilniaus „Ryto“ krepšinio klubu įgyvendinome psichikos sveikatos kampaniją „Kalbėk, tylėjimas nesprendžia“, kuri skatino atviriau kalbėti apie psichikos sveikatos sunkumus ir mažino stigmatizaciją;

- Piktybinių navikų prevencija – vykdyta socialinė kampanija „Ankstyva prevencija – išgelbėta gyvybė“, skatinanti aktyviau dalyvauti ankstyvosios diagnostikos programose, o bendradarbiaujant su Nacionaliniu vėžio centru buvo organizuojamos visuomenės švietimo iniciatyvos apie vėžio prevenciją;

- Širdies ir kraujagyslių ligų prevencija – visame mieste įgyvendintas projektas „Tavo širdis – Tavo rankose“, kurio metu vilniečiai buvo kviečiami dalyvauti širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevencinėje programoje, pasitikrinti sveikatą pas šeimos gydytoją ir įsitraukti į kitas sveikatos stiprinimo veiklas.

Šioje ataskaitoje pristatome svarbiausius metų darbus, iniciatyvas ir pasiektus rezultatus. Kiekvienas mūsų komandos narys, partneris ir vilnietis prisideda prie šios misijos – kartu kuriame Vilnių, kuriame gera gyventi.



Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro „Vilnius sveikiau“ laikinai einanti direktoriaus pareigas
Deimantė Kisielienė



3. APIE „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M.

Kasdien Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (toliau – Vilniaus visuomenės sveikatos biuras, Biuras, „Vilnius sveikiau“) komanda kryptingai ir atsakingai siekia užsibrėžtų tikslų, veiksmingai naudodama turimus išteklius ir kurdama didesnę vertę Vilniaus miesto gyventojams.

Puoselėjame savo vertybes ir nuosekliai dirbame tam, kad Vilnius taptų sveikiausia Europos sostine.

3.1. MISIJA, VIZIJA, VERTYBĖS

VERTYBĖS,

kuriomis vadovaujamės kiekvieną dieną



Sveikata

Rūpinamės visų fizine ir socialine gerove



Pagarba

Tikime Jūsų ir kiekvieno žmogaus unikalumu



Empatija

Mokame klausytis, pamatyti ir suprasti



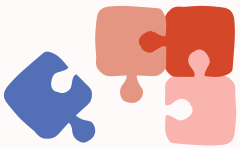
Augimas

Kiekvieną dieną stengiamės būti geresni, nei buvome vakar



Profesionalumas

Žinome, ką darome, ir tai darome atsakingai



Bendradarbiavimas

Kuriame pasitikėjimą dalindamiesi žiniomis ir patirtimi

3. APIE „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M.



VIZIJA

Vilnius – sveikiausia Europos sostinė

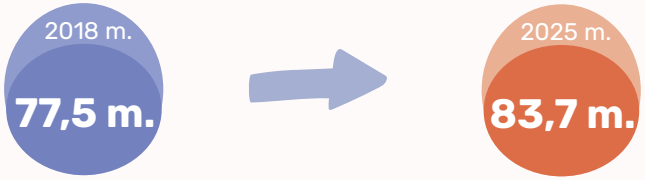


MISIJA

Įkvėpti kiekvieną gyventi sveikiau

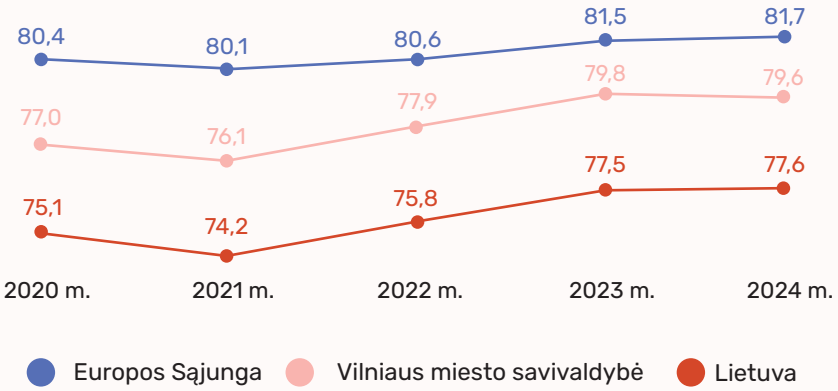
Pagrindinis „Vilnius sveikiau“ strateginis tikslas

Pailginti vilniečių vidutinę tikėtiną gyvenimo trukmę



Vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė

2024 m. Vilniaus miesto gyventojų vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė nežymiai sumažėjo (0,2 m.) ir siekė 79,6 m. (2023 m. – 79,8 m.). Šis rodiklis Vilniaus mieste ženkliai viršija LSS* 2025 m. numatytą pasiekti rodiklį – 77,5 m.



*Lietuvos sveikatos 2014–2025 m. strategija, patvirtinta Lietuvos Respublikos Seimo 2014 m. birželio 26 d. nutarimu Nr. XII-964.



3.2. 2025 M. SVARBIAUSI ĮVYKIAI

Pravedėme **23 162** renginius,
kuriuose dalyvavo **360 010** dalyvių.

Socialinė kampanija **LEISKITE PATIRTI, NEDUOKITE PARAGAUTI** atrinkta tarp geriausių pasaulio kūrybinių darbų bei publikuojama viename prestižiškiausių tarptautinių kūrybos žurnalų „Lürzer's Archive“ pasiekė daugiau kaip **350 000** žmonių per fizinius ir medijos kanalus.

LEISKITE PATIRTI, NEDUOKITE PARAGAUTI

LÜRZER'S ARCHIVE

3.3. AUGINOME IR STIPRINOME „VILNIUS SVEIKIAU“ AUDITORIJĄ

Mūsų naujienlaiškio prenumeratorių auditorija padidėjo ↑**287 %**

Socialiniuose tinkluose 2025 m.:

FACEBOOK

Sekėjų skaičius
7 % ↑

25 886
2025 m.

Mūsų turinį peržiūrėjo
3 745 600
kartų

23 897
2024 m.

INSTAGRAM

Sekėjų skaičius
22 % ↑

4 646
2025 m.

Pasiekėme auditorijos
14 % ↑

3 614
2024 m.

Auditorijos įsitraukimas
100 % ↑

YOUTUBE

Sekėjų skaičius
29 % ↑

1 233
2025 m.

Peržiūrėtų įrašų valandų skaičius
70 % ↑

868
2024 m.

LINKEDIN

Sekėjų skaičius
30 % ↑

1 095
2025 m.

Pasiekėme
23 500
vartotojus

762
2024 m.

SPOTIFY

NAUJA PLATFORMA

6
meditacijos

1
dainelė vaikams

DIDINOME ATPAŽĮSTAMUMĄ ŽINIASKLAIDOJE:

305 kartus buvome paminėti žiniasklaidoje

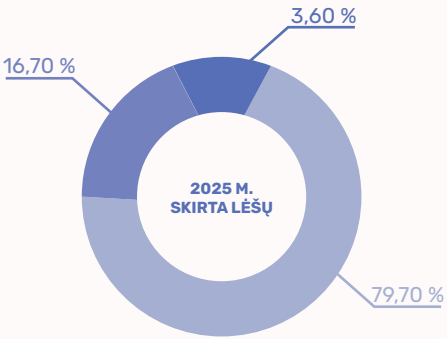
18 parengtų pranešimų spaudai

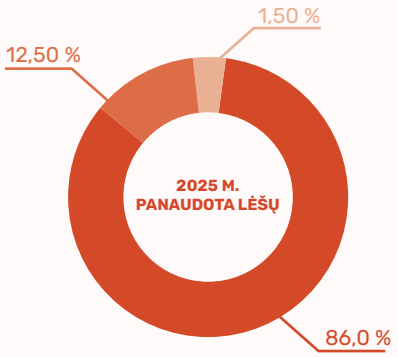
42 kartus sudalyvauta radijo ir televizijos reportažuose



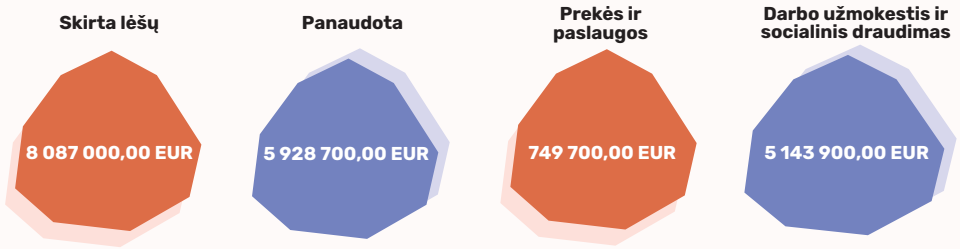
3.4. LĖŠOS

2025 m. skirta ir panaudota lėšų





- Valstybės biudžeto lėšos
- Vilniaus miesto savivaldybės biudžeto lėšos
- Projektinės lėšos
- Darbo užmokestis ir socialinis draudimas
- Prekių ir paslaugų įsigijimas
- Darbdavių socialinė parama



2025 m. gauta parama

PARAMOS TEIKĖJAS	PARAMA	PARAMOS VERTĖ	PANAUDOJIMO TIKSLAS
UAB „GENBA PHARMA“	„Lady Anion“ menstruacijų dėžutė	1 418,04 Eur	Mokyklose dirbančių visuomenės sveikatos specialistų ir mobiliųjų komandų aptarnaujamų mokyklų aprūpinimas higieniniais paketais.
	Dieniniai paketai „Lady Anion“ N1 Day Use	1 190,00 Eur	
ŽIV IR AIDS PAVEIKTŲ MOTERŲ BEI JŲ ARTIMŲJŲ ASOCIACIJA	Prezervatyvai	1000,00 Eur	Suorganizuotas AIDS dienos minėjimas – išvykos į kolegijas ir universitetus šviesti visuomenę apie ŽIV ir AIDS prevenciją.
	Marškinėliai „Pasaulinė AIDS diena“	96,80 Eur	
IŠ VISO PER 2025 M. GAUTA:		3 767,84 EUR	





4. „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M. VEIKLA

4. „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M. VEIKLA

4.1. „VILNIUS SVEIKIAU“ RENGINIAI IR KOMUNIKACINĖS KAMPANIJOS

VISUS METUS



Socialinių tinklų rubrika „Užkalbink laimę“

Penktadieniais socialiniuose tinkluose skelbta smagi, nuotaiką pakelianti klausimų rubrika, kviečianti stabtelėti ir daugiau dėmesio skirti emocinei savijautai.

SAUSIS

VASARIS

KOVAS



„Planet Youth“ 2024 m. tyrimo pristatymo spaudos konferencija

kovo 13 d.

Pristatyti naujausi 2024 m. Vilniaus dešimtokų tyrimo rezultatai. Aptartos psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo tendencijos, jaunimo gerovės rodikliai bei pagrindiniai rizikos ir apsauginiai veiksniai Vilniuje. Renginį užbaigė ekspertinė diskusija.



„Skonių dirbtuvės“

Vartoti daržoves skatinanti kampanija, kurios metu pristatyti praktiški kasdieniai sprendimai. Socialiniuose tinkluose paskelbta 5 trumpų receptų vaizdo įrašų serija kartu su nuomonės formuotoja Egle Juzuma, kuri kviečia gaminti lengvus, sveikatai palankius patiekalus visai šeimai.

18 300
peržiūrų

BALANDIS



Pasaulinė fizinio aktyvumo diena

balandžio 6 d.

Kartu su Nacionaline sporto agentūra Europos aikštėje surengta pietų mankšta, skirta Pasaulinei fizinio aktyvumo dienai paminėti.

Mankštoje dalyvavo
60
asmenų



„Kvėpuok Vilniumi“

Įgyvendinta „Žaliosios sostinės“ atsipalaidavimo praktikų iniciatyva – kartu su Egle Daugėlaite, Sakalu Čumačenko, Guoda Pečiulyte, Gabriele Vilkickyte, Robertu Petrausku ir Domantu Starkausku sukurtos specialios garsinės atsipalaidavimo praktikos vilniečiams.

4. „VILNIUS SVEIKIAU" 2025 M. VEIKLA

4.1. „VILNIUS SVEIKIAU" RENGINIAI IR KOMUNIKACINĖS KAMPANIJOS

GEGUŽĖ



Diena be dietų
gegužės 6 d.

Kartu su nuomonės formuotojais „Instagram" kvietėme atlikti kūno dėkingumo praktiką ir priminėme, kad kiekvienas žmogus yra vertingas nepriklausomai nuo išvaizdos.

16 900
peržiūrų



„Joga netradicinėse erdvėse"
gegužės 22 d.

Kartu su partneriais „Vilnius – žalioji Europos sostinė" ir „International House Vilnius" vilniečius pakvietėme į kasmetinį jogos renginį, kuris šiemet vyko Vilniaus televizijos bokšte (170 m aukštyje). Surengtos dvi rytinės treniruotės lietuvių ir anglų kalbomis, o nauja lokacija sulaukė itin didelio susidomėjimo.

172
dalyviai



Mamų psichikos sveikatos diena
gegužės 7 d.

Trečius metus iš eilės kartu su Vilniaus miesto savivaldybe ir organizacija „Mama mums rūpi" organizuota visoje Lietuvoje vykstanti akcija – eisena ir partnerių mugė. Renginys skirtas atkreipti dėmesį į mamų psichikos sveikatą ir pristatyti pagalbos galimybes.

60
dalyvių



Vilniaus Antano Vienuolio progimnazijos bendruomenės Sporto šventė
gegužės 26 d.

Iniciatyva skatintas fizinis aktyvumas ir bendruomeniškumas, į veiklas įtraukiant mokinius, mokytojus ir šeimų narius.

800
dalyvių:
mokinių, mokytojų ir šeimos narių



Euromelanomos diena
gegužės 14 d.

Kartu su Lietuvos dermatovenerologų draugija ir VUL Santaros klinikomis surengta nemokama odos patikra vilniečiams. Socialiniuose tinkluose taip pat paskelbtas 5 trumpų vaizdo įrašų ciklas apie melanomos riziką ir prevenciją.

Patikrinti
703
žmonės



„Gimdymas be netikėtumų"
gegužės 30 d. - liepos 18 d.

Kartu su akušere ginekologe Viktorija Navickiene parengta 8 vaizdo įrašų rubrika būsimiems tėvams.

Pasiekta
39 100
vartotojų



Mokyklų prisijungimo prie „Planet Youth" akademijos renginys
gegužės 20 d.

Vilniaus mokyklos, diegdamos islandiškąjį prevencijos modelį, tapo „Planet Youth" akademijos narėmis. Kartu su Vilniaus miesto savivaldybe ir „Vilnius sveikiau" siekiama gerinti mokinių gerovę.

Prie akademijos prisijungė
13
mokyklų



Apie tai, kas svarbu, bet nedrąsu
gegužė-rugsėjis

Socialinės kampanijos metu socialiniame tinkle „Instagram" dalinomės informacija, kur gydytojai ir specialistai buvo kalbinami lytinės sveikatos temomis.

4. „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M. VEIKLA

4.1. „VILNIUS SVEIKIAU“ RENGINIAI IR KOMUNIKACINĖS KAMPANIJOS

BIRŽELIS



Kampanijos „Leiskite patirti, neduokite paragauti“ startas

birželio 26 d.

Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos kampanijos pradžia. Informacija plačiai skleista lauko reklamos stenduose ir skaitmeniniuose ekranuose Vilniaus mieste, viešajame transporte, poliklinikose, LRT radijuje ir televizijoje, prekybos vietose, socialiniuose tinkluose bei bendradarbiaujant su nuomonės formuotojais. Kampanija įtraukta į „Lürzer's Archive“ geriausių pasaulio kūrybinių darbų sąrašą.

LIEPA



Integracija renginyje „Jaunas kaip Vilnius“

liepos 25 d.

Renginyje „Vilnius sveikiau“ stendas tapo jaunimo ir tėvų traukos centru. Kartu su „Planet Youth“ pristatyta pirminė psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencija ir tęsta kampanija „Leiskite patirti, neduokite paragauti“. Jaunimas buvo kviečiamas rinktis saugias patirtis vietoj rizikingų eksperimentų – išbandyti kūrybines veiklas, atrasti save ir stiprinti ryšį su palaikančiais suaugusiaisiais.



„Žvilgsnis į krizę“

Kartu su Krizių įveikimo centru sukurta 5 vaizdo įrašų serija, skatinanti atsigręžti į psichikos sveikatą. Įrašuose apie emocinius sunkumus ir pagalbos galimybes kalbėjo centro specialistai.

RUGPJŪTIS



Savižudybių temos viešinimas bendradarbiaujant su „Kino pavasariu“

rugpjūčio 19 d.

Vasaros kino renginyje pristatytas Gintarės Parulytės trumpametražis filmas „Sujip“. Po peržiūros vyko diskusija „Ką gali pakeisti vienas pokalbis?“, pabrėžusi pokalbio ir žmogiško ryšio svarbą savižudybės krizės metu.

300 dalyvių



Burnos higienos konferencija

birželio 26 d.

Pristatyti 2024 m. rezultatai ir 2025 m. veiklos kryptys, skirtos vaikų burnos sveikatai stiprinti. Konferencijoje „Sveiki vaikų burnos higienos įpročiai nuo pirmųjų metų“ aptarti įpročių formavimas, ankstyva profilaktika, tėvų įsitraukimas ir tarpinstitucinis bendradarbiavimas.

60 dalyvių:
valstybės ir savivaldybių įstaigų darbuotojų

4. „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M. VEIKLA

4.1. „VILNIUS SVEIKIAU“ RENGINIAI IR KOMUNIKACINĖS KAMPANIJOS

RUGSĖJIS



Pasaulinė savižudybių prevencijos diena

rugsėjo 10 d.

Rugpjūtį vilniečiai dalyvavo iššūkyje „Mink už gyvenimą“, simboliškai palaikydami su savižudybės grėsme susiduriančius asmenis. Iššūkį vainikavo spektaklis „Stand up‘as prasmei ir beprasmybei“.
Rugsėjo 10 d. surengta specialistų konferencija–diskusija, subūrusi psichikos sveikatos ekspertus.

403 dalyviai iššūkyje
120 dalyvių spektaklyje
70 dalyvių konferencijoje



Tarptautinė „Planet Youth“ konferencija

rugsėjo 19 d.

Kartu su Vilniaus miesto savivaldybe surengta pirmoji Lietuvoje tarptautinė „Planet Youth“ konferencija „Iš Islandijos į Lietuvą: kelias į sveikesnę jaunimo ateitį“. Lietuvos ir užsienio ekspertai iš Islandijos, Šveicarijos bei Airijos dalijosi patirtimi apie psichoaktyviųjų medžiagų prevenciją ir platesnius jaunimo gerovės veiksnius – miegą, skaitmenizaciją, ryšių šeimoje, mokykloje ir bendruomenėje stiprinimą bei suaugusiųjų vaidmenį formuojant aiškias taisykles ir elgesio modelius.

550 dalyvių



Pasaulinė širdies diena

rugsėjo 29 d.

Įgyvendinta savaitės trukmės komunikacijos kampanija kartu su gydytoja kardiologe Džiugile Kersnauskaite. Prekybos centre „Panorama“ vykusiame Lietuvos širdies asociacijos renginyje gyventojai galėjo nemokamai pasitikrinti gliukozės, cholesterolio ir kitus sveikatos rodiklius.

SPALIS



Senjorų savaitė

spalio 7 d.

Kino teatre „Paupio Pasaka“ vyresnio amžiaus žmonės pakviesti į „Kino pavasario“ filmo „Paskutinis šokis“ peržiūrą. Po jos vyko diskusija apie netektį, emocinę sveikatą ir savirealizaciją pensiniu laikotarpiu.



Pasaulinė psichikos sveikatos diena

spalio 10 d.

„Forum Cinemas Vingis“ vyko kasmetinė konferencija „Atvirai apie psichikos sveikatą: įpročiai, kurie mus keičia“. Programoje – 8 pranešimai, 3 diskusijos ir asmeninių patirčių pokalbiai tarp specialistų bei visuomenei žinomų žmonių.

199 dalyviai



Paauglių psichikos sveikatos stiprinimas

spalio 6 d. – lapkričio 26 d.

Bendradarbiaujant su „Kino pavasariu“, 9–10 klasių mokiniams organizuotos filmo „Akiplėša“ peržiūros. Filmas nagrinėja jaunimui aktualias temas – patyčias, valgymo sutrikimus, santykius šeimoje ir priklausomybes, kviečiant mokinius reflektuoti ir aptarti kylančius jausmus.

Dalyvavo **13** ugdymo įstaigų
~1 259 mokiniai

4. „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M. VEIKLA

4.1. „VILNIUS SVEIKIAU“ RENGINIAI IR KOMUNIKACINĖS KAMPANIJOS

LAPKRITIS



Pasaulinė diabeto diena

lapkričio 14 d.

Sostinės gyventojams bendradarbiaujant su Antakalnio, Centro ir Karoliniškių poliklinikomis bei Klubu „Diabeto IQ“ organizuota nemokama sveikatos patikros akcija – atlikti gliukozės matavimai, kūno sudėties analizė ir teiktos individualios gyvensenos medicinos specialistų konsultacijos. Renginyje dalyvavo beveik 100 vilniečių.

~100
dalyvių

50 %
didesnis įsitraukimas nei 2024 m.



Mokymai ikimokyklinio ugdymo įstaigų maitinimo organizatoriams

lapkričio 18 d.

Surengti mokymai „Nuo maisto produktų iki lėkštės: kokybės užtikrinimas ir GHPT – geros higienos praktikos taisyklių atnaujinimai“, skirti gerinti maitinimo organizavimo procesą. Aptarti žaliavų kokybės reikalavimai, jų priėmimo tvarka, neatitikimų registravimas ir geros higienos praktikos taisyklių atnaujinimai.



Kampanija „Kalbėk, tylėjimas nesprendžia“

lapkritis–gruodis

Kartu su Vilniaus „Ryto“ vyrų krepšinio komanda įgyvendinta vyrų psichologinės sveikatos stigmos mažinimo kampanija, skatinanti kalbėti ir kreiptis pagalbos.

179 233
peržiūros

11 111
žiūrovų rungtynėse

GRUODIS



Pasaulinė AIDS diena

gruodžio 1 d.

„Vilnius sveikiau“ kartu su asociacija „Demetra“ lankėsi Vilniaus aukštosiose mokyklose – Vilniaus dailės akademijoje, SMK aukštojoje mokykloje, Mykolo Romerio universitete ir Vilniaus kolegijoje. Studentams pristatyta ŽIV ir AIDS prevencija, dalinta informacinė medžiaga bei prezervatyvai, atsakyta į klausimus.

746
studentai



Asmenų su negalia dienos minėjimas

gruodžio 2 d.

„Vilnius sveikiau“ organizavo pranešimų sesiją–diskusiją, kurioje Asmenų su negalia teisių apsaugos agentūros, LSU bei „Pokyčių ambasados“ atstovai pristatė prieinamos informacijos teikimo principus žmonėms su negalia ir aptarė sveikatos stiprinimo veiklas, pritaikytas vaikams su negalia. Patirtimi dalijosi klubo „EIK“ bei Lietuvos kurčiųjų ir neprigirdinčiųjų ugdymo centro atstovai.

4.2. VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪRA UGDYMO ĮSTAIGOSE

Visuomenės sveikatos specialistai, vykdantys sveikatos priežiūrą mokyklose, vykdė mokinių sveikatos stiprinimo ir ligų prevencijos veiklas, formavo sveikatai palankią ugdymo aplinką bei prisidėjo prie mokinių fizinės, psichinės ir socialinės gerovės stiprinimo.

Vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros skyrius 2025 m.

Ugdymo įstaigose pravedė **13 133** sveikatos stiprinimo veiklas, kuriose dalyvavo **279 950** dalyvių

Parengė **470** informacinių pranešimų sveikatos stiprinimo temomis

Suteikė pirmąją pagalbą **31 572** kartus

Atliko **1 141** pedikuliozės patikrą, kurios metu patikrinti **19 023** mokiniai

Atliko **16 800** patikrų, identifikuojančių ugdymo įstaigos aplinkoje esančius visuomenės sveikatos rizikos veiksnius

Išdalino **4 656** pirmojo danties šepetėlius kūdikiams ir ikimokyklinio amžiaus vaikams

Asmens sveikatos priežiūros įstaigos tėvams išdalino **17 000** vnt. informacinės medžiagos





Sveikatos stiprinimo veiklose dalyvavusių asmenų skaičius

Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai: **13 800** dalyvių

Sveikos mitybos ir nutukimo prevencija: **42 971** dalyvis

Fizinio aktyvumo užsiėmimai: **56 481** dalyvis

Psichikos sveikatos (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė) užsiėmimai: **30 911** dalyvių

Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija: **10 909** dalyviai

Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija: **6 140** dalyvių

Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena: **37 042** dalyviai

Ėduonies profilaktika ir burnos higiena: **49 797** dalyviai

Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija: **26 999** dalyviai

Vaikų burnos sveikatos stiprinimas Vilniuje

2025 m. Visuomenės sveikatos biuras stiprino vaikų burnos sveikatą nuo pirmųjų gyvenimo metų iki ikimokyklinio ugdymo įstaigų, didindamas tiek vaikų, tiek tėvų ir pedagogų žinias bei praktinius įgūdžius.

Biuras 2025 m.



Parengė ir įgarsino edukacines pasakas **DANTUKAS SVEIKATUKAS, TINGULIO KAINA**



Įgyvendino bandomąją dantų valymo iniciatyvą **12** ugdymo įstaigų. Grupės aprūpintos šepetėliais, daugkartiniais puodeliais.



Sukūrė edukacinę dainą **ŠEPETĖLIO ŠOKIS**

Dantukas Sveikatukas

Tingulio kaina

Šepetėlio šokis



Partnerystė, kurianti socialinę atsakomybę

Vilniaus visuomenės sveikatos biuras, bendradarbiaudamas su UAB „Genba Pharma", kuria socialinę atsakomybę, partnerystę ir indėlį į Vilniaus miesto vaikų ir jaunimo gerovę.

2025 metais išdalinome



144
mėnesinių dėžutes



7 000
higieninių paketų mėnesinių dėžučių papildymui

Ši iniciatyva prisideda prie menstruacinio nepritekliaus mažinimo ir saugesnės, labiau palaikančios ugdymo aplinkos kūrimo bei stiprina menstruacinės higienos prieinamumą Vilniaus miesto ugdymo įstaigose.

Vasaros užsiėmimai ugdymo įstaigose

Kasmet jau 5 metus visą vasarą vaikų darželiuose ir vasaros stovyklose vykdomas projektas „Vasara sveikiau".
Projekto tikslas – gilinti vaikų žinias apie sveiką gyvenseną ir saugų elgesį vasaros atostogų metu.
2025 m. mažieji vaikai dalyvavo smagiame žaidime, kurio metu rideno kauliuką ir atliko įvairias užduotis sveikatos stiprinimo temomis, o mokyklinio amžiaus vaikai buvo kviečiami į komandinį protmūšį „Saugios atostogos", kurio metu sprendė klausimus, analizavo situacijas, demonstravo savo įgūdžius ir spėliojo mįsles, susijusias su saugumu ir sveikata.



4.3. VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMAS

2025 m. visuomenės sveikatos stiprinimo specialistai, organizuodami psichikos sveikatos stiprinimo, fizinio aktyvumo skatinimo ir ligų prevencijos veiklas, siekė įkvėpti vilniečius gyventi sveikiau.



4. „VILNIUS SVEIKIAU" 2025 M. VEIKLA

4.3.1. PSICHIKOS SVEIKATA

Didelį dėmesį skyrėme vilniečių psichikos sveikatos gerinimui. Atsižvelgdami į augantį psichikos sveikatą stiprinančių ir palaikančių paslaugų poreikį, vilniečiams siūlėme įvairias individualias ir grupines konsultacijas.

Psichikos sveikatos veiklose dalyvavusių asmenų skaičius

Individualios psichologų ir emocinės gerovės konsultantų konsultacijos

985
dalyviai

Psichikos sveikatos mokymai

179
dalyviai

Nuotoliniai savižudybių prevencijos mokymai

1 377
dalyviai

Supervizijos, skirtos specialistams, dirbantiems su savižudybės krize

42
dalyviai

Savižudybių prevencijos ir intervencijos „safeTALK" ir „ASIST" mokymai

545
dalyviai

Priklausomybės konsultacijos

1 147
dalyviai

Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo mokymai

52
dalyviai

Relaksaciniai užsiėmimai „Pietų pertraukėlė"

923
dalyviai

Socialinis receptas

Šiais metais buvo pasiūlytos 276 sveikatinimo, kultūros ir edukacinės veiklos senjorams, patiriantiems nerimo, depresijos simptomus ar išgyvenantiems vienatvę. Programos dalyviai vyko į Vilniaus muziejus ir galerijas, kartu su kuratoriais nagrinėjo parodose eksponuojamus paveikslus ir apie juos diskutavo, dalyvavo kūrybiniuose užsiėmimuose, darė rankdarbius, patirtimi dalinosi diskusijose, lavino socialinius įgūdžius. Taip pat lankė muzikos terapijos ciklus, dalyvavo tęstiniuose susitikimuose Istorijų namuose ir Senajame arsenale, o įprastus užsiėmimus papildė vienkartinės, daug dėmesio sulaukusios veiklos: susitikimas su Nacionalinio operos ir baleto teatro solistėmis, apsilankymas Japonijos ir Suomijos ambasadose, kalanetikos treniruotė.

276
veiklos

2000
dalyvių



Tyčinių susižalojimų prevencija x Vilniaus „Rytas“

Viena iš „Vilnius sveikiau“ strateginių veiklos krypčių yra tyčinių susižalojimų prevencija, kurios tikslas – mažinti savižudybių skaičių Vilniaus mieste.

Bendradarbiaudama su sostinės krepšinio klubu Vilniaus „Rytas“, 2025 m. lapkričio–gruodžio mėnesiais „Vilnius sveikiau“ komanda įgyvendino kampaniją „Kalbėk, tylėjimas nesprendžia“. Jos tikslas – skatinti žinomus ir autoritetingus asmenis, tokius kaip komandos treneris Giedrius Žibėnas bei krepšininkai Gytis Radzevičius ir Ignas Sargiūnas, atvirai kalbėti apie psichologinius sunkumus tiek krepšinio aikštelėje, tiek už jos ribų. Tokiu būdu siekiama mažinti psichologinės sveikatos stigmas, didinti sąmoningumą ir parodyti, kad psichologinių sunkumų gali patirti kiekvienas.

Kampanijos metu 2025 m. lapkričio–gruodžio mėnesiais Vilniaus „Ryto“ varžybose buvo vykdomos įvairios veiklos:

rodomi vaizdo interviu su komandos nariais

aktyvi informacijos sklaida socialiniuose tinkluose

varžybų pertraukų metu „Vilnius sveikiau“ darbuotojai kvietė žiūrovus dalyvauti interaktyviose veiklose – fotografuotis momentinių nuotraukų būdelėje, rašyti linkėjimus, naudotis QR kodais

Šios iniciatyvos buvo skirtos įtraukti vyrų auditoriją ir didinti kampanijos žinomumą bei poveikį.

SUŽINOK DAUGIAU

Daugiau informacijos apie pagalbą susiduriant su emociniais sunkumais



4.3.2. FIZINIS AKTYVUMAS

2025 m. fizinio aktyvumo specialistai nuosekliai plėtojo fizinio aktyvumo programas, didindami jų įvairovę ir kokybę. Darbingo amžiaus vilniečiams ir senjorams siūlėme įvairių programų, taip pat sudarėme galimybes sportuoti nuotoliniu būdu.
Gyventojus džiuginome ir naujovėmis: jogos treniruotėmis Vingio parke, beveik kasdienėmis nuotolinėmis mankštomis pietų pertraukų metu bei specialiais užsiėmimais onkologiniams ligoniams. Ypač didžiuojamės projektu „Atrask save judesyje", kvietusiu vilniečius atrasti sau tinkamiausią judėjimo formą.

Fizinio aktyvumo veiklose dalyvavusių asmenų skaičius

Fizinio aktyvumo užsiėmimai darbingo amžiaus žmonėms

18 819
dalyvių

Fizinio aktyvumo užsiėmimai vyresnio amžiaus žmonėms (65+ m.)

9 763
dalyviai

Traumų ir susižalojimų prevencijos skatinimas bendruomenėse

2 325
dalyviai

Naujos 2025 m. visuomenės sveikatos stiprinimo iniciatyvos



Projektas „Atrask save judesyje"

Projekto metu vilniečiai turėjo progą išbandyti įvairias fizinio aktyvumo veiklas: boksą, „Cornhole", dziudo, važiavimą riedlentėmis, „Animal flow", „Hatha Vinyasa" jogą, „Jin" jogą, praktinį užsiėmimą apie dubens dugno stiprinimą, judesio praktiką, „Nia" šokius, atsigavimo jogos praktiką, „Nirvana fitness", meditaciją per kvėpavimą.

Reguliarūs jogos užsiėmimai vasaros metu Vingio parke

Dėkojame partneriui projektui „Vilnius – Europos žalioji sostinė" už finansinį palaikymą ir iniciatyvą, leidusią visą vasarą vilniečiams ir miesto svečiams nemokamai dalyvauti trijose skirtingose jogos praktikose su profesionaliais instruktoriais.





Jėgos ir ištvermės treniruotės pradedantiesiems

Projekto metu 18–64 m. amžiaus vilniečiai turėjo galimybę nuosekliai susipažinti su jėgos ir ištvermės treniruočių pagrindais bei pradėti aktyvesnį ir sveikesnį gyvenimo būdą. Užsiėmimų metu dalyviai mokėsi taisyklingai atlikti saugius fizinius pratimus, stiprinančius viso kūno raumenis ir širdies bei kraujagyslių sistemą.

Projektas „Ruoškis bėgti"

Projekto metu vilniečiai turėjo galimybę pradėti bėgioti saugiai ir kryptingai, stiprinti raumenis bei susipažinti su taisyklinga bėgimo technika. Treniruotes vedė olimpinė atletė ir profesionali bėgimo trenerė Eglė Balčiūnaitė, padėjusi dalyviams sumažinti traumų riziką ir ugdyti taisyklingus judėjimo įpročius.



4.3.3. LIGŲ PREVENCIJA

2025 m. ligų prevencijos grupė aktyviai vykdė įvairias visuomenės sveikatos stiprinimo ir ligų prevencijos veiklas, apimančias mitybos, širdies ir kraujagyslių, užkrečiamųjų ligų bei nėščiųjų sveikatos temas. Didelis dėmesys buvo skirtas gyventojų švietimui ir įtraukimui organizuojant renginius ir minint svarbias sveikatos dienas.

Ligų prevencijos veiklos



Nėščiųjų mokyklėlės užsiėmimai: daugiau kaip **5 600** dalyvių



Drauge su Santarų klinikomis suorganizavome melanomos akciją, kurioje dalyvavo **703** gyventojai



Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevencinės programos užsiėmimai: **1 179** dalyviai



Žiniasklaidoje: teikėme interviu apie įvairias užkrečiamąsias ligas, tokias kaip erkinis encefalitas, apsinuodijimas maistu, taip pat apie širdies ligų bei erkių platinamų ligų prevenciją



AIDS prevencija: **4** išvykos į universitetus, kolegijas



4. „VILNIUS SVEIKIAU“ 2025 M. VEIKLA

Piktybinių navikų prevencija

„Vilnius sveikiau“ strateginės veiklos „Piktybinių navikų prevencija“ komanda vykdė socialinę kampaniją „Ankstyva prevencija – išgelbėta gyvybė“, kurios tikslas – šviesti visuomenę ir mažinti mirtingumą nuo piktybinių navikų ligų Vilniaus mieste. Šiais metais komanda, siekdama paskatinti žmones reguliariai tikrintis dėl piktybinių navikų, pradėjo bendradarbiauti su Nacionaliniu vėžio centru.

Užsiėmimai vėžio prevencijos tema



550
dalyvių

Daugiau informacijos apie piktybinių navikų prevenciją

Įrašas apie krūties vėžio profilaktiką ir diagnostiką

Įrašas apie prostatos vėžio diagnostiką ir gydymą

Širdies ir kraujagyslių ligų prevencija

Širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos strateginė komanda, kurios tikslas – sumažinti kraujotakos sistemos ligų mirtingumą Vilniaus mieste, vykdė kampaniją „Tavo širdis – Tavo rankose“. Komanda sukūrė trijų žingsnių paslaugų paketą įmonėms, apimantį:



dalyvavimą Biuro organizuojamose širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevencinės programos paskaitose



sveikatos pasitikrinimą kreipusis į šeimos gydytoją



tolesnį širdies stiprinimą dalyvaujant kitose sveikatos stiprinimo programose

Didelę reikšmę projekto sėkmei turėjo partneriai, prisidėję prie iniciatyvos viešinimo: vaistinės „Camelia“, UAB „Vilniaus viešasis transportas“, Vilniaus miesto savivaldybės asmens sveikatos priežiūros įstaigos, įmonės ACM, „LT Advert“, „Pixel“ ir OWEX.

SUŽINOK DAUGIAU

Daugiau informacijos apie širdies ir kraujagyslių ligų prevenciją

4.4. VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENA

Vykdydami visuomenės sveikatos stebėseną, sistemingai renkame ir analizuojame su gyventojų sveikata susijusius rodiklius, vertiname skirtingų grupių poreikius, tiriame gyvensenos ypatumus ir jų kaitą. Nuolat stebime aplinkos veiksnių kokybę, laiku informuojame visuomenę apie pokyčius ir galimas rizikas bei teikiame rekomendacijas, padedančias saugoti sveikatą.

2025 m. atlikti tyrimai ir rodiklių analizė sudarė pagrindą tikslingiau planuoti gyventojų poreikius atliepiančias veiklas ir prisidėjo prie sveikesnės Vilniaus gyventojų aplinkos kūrimo.



4.4.1. ATASKAITOS, TYRIMAI, STEBĖSENOS VEIKLA



Visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita

Tai pagrindinis dokumentas, kuriame analizavome Vilniaus miesto savivaldybės gyventojų sveikatos būklę 2024 metais, išskyrėme prioritetines artimiausių metų visuomenės sveikatos kryptis – vaikų vakcinacijos apimčių didinimą, sergamumo ŽIV ir lytiškai plintančiomis ligomis mažinimą, pėsčiųjų mirtingumo ir traumatizmo transporto įvykiuose mažinimą bei vertinome savivaldybės pažangą siekiant Lietuvos sveikatos strategijoje numatytų tikslų.

Visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaita 2025 m.

Tyrimas dėl savižudybių prevencijos

Siekdami įvertinti, kaip gyventojai vertina emocinės paramos prieinamumą, kaip reaguoja į savižudybės riziką ir kokias pagalbos formas laiko veiksmingiausiomis, atlikome suaugusių (18–75 m.) gyventojų apklausą. Apklausą atliko rinkos ir visuomenės nuomonės tyrimų bendrovė „Spinter tyrimai".

Gauti duomenys parodė, kad dauguma respondentų jaučiasi pasirengę palaikyti artimąjį savižudybės krizėje: 60 proc. apklaustųjų ryžtųsi pokalbiui, o kas antras pasiūlytų kreiptis į specialistą. Vis dėlto maždaug kas septintas pripažino nežinantis, kaip tinkamai reaguoti tokioje situacijoje.





Mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos tyrimo rezultatų sklaida

Atlikome trečiąjį Vilniaus miesto mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos tyrimą ir išanalizavome jo metu surinktus duomenis.

Vilniaus vaikų gyvensenos tyrimas: fizinė sveikata gerėja, tačiau patiria daugiau patyčių

Vilniaus miesto aplinkos oro kokybės stebėsena

Nuolat stebime Vilniaus miesto oro kokybę ir, užfiksavę taršos atvejus, operatyviai dalinamės aktualia informacija su miesto gyventojais bei ugdymo įstaigų bendruomenėmis, paaiškindami taršos pobūdį ir rekomenduojamas prevencijos priemones. Siekdami ilgalaikio oro kokybės gerinimo, glaudžiai bendradarbiaujame su Vilniaus miesto savivaldybe ieškodami veiksmingų taršos mažinimo sprendimų. Ypatingą dėmesį skiriame ir visuomenės švietimui – parengtuose straipsniuose aptariame oro taršos poveikį sveikatai ir kviečiame gyventojus aktyviai prisidėti prie švaresnės aplinkos kūrimo.

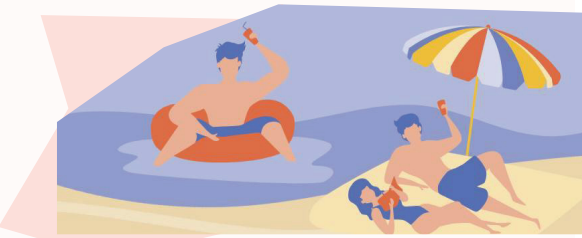


4. „VILNIUS SVEIKIAU" 2025 M. VEIKLA

Vilniaus miesto maudyklų vandens kokybės stebėsena maudymosi sezono metu

Maudymosi sezono metu, nuo birželio iki rugsėjo, glaudžiai bendradarbiaujame su UAB „Grinda". Vilniaus miesto gyventojus nuolat informuojame apie naujausius maudyklų vandens mikrobiologinių tyrimų, atliekamų Nacionalinės visuomenės sveikatos priežiūros laboratorijos, rezultatus.
2025 m. vandens kokybė buvo stebima 15 Vilniaus miesto savivaldybės teritorijoje esančių maudyklų.

Maudymosi sezonas ir Vilniaus miesto maudyklų vandens kokybė



Aplinkos įtaka sveikatai ir gyventojų sąmoningumo skatinimas

Siekdami didinti gyventojų sąmoningumą aplinkos kokybės ir klimato kaitos klausimais, atkreipiame dėmesį į šių veiksnių keliamus iššūkius bei ilgalaikį poveikį visuomenės sveikatai ir gyvenimo kokybei. Informuodami visuomenę, pabrėžiame aplinkos kokybės svarbą fizinei sveikatai, gerai savijautai ir ligų prevencijai.

Informacija apie triukšmą

Kaip išlikti sveikiems ir išvengti perkaitimo

Informacija apie sezonines alergijas

Informacija apie geriamojo vandens kokybę

Bendradarbiavimas su aukštosiomis mokyklomis

2025 m. prisidėjome prie Lietuvos aukštųjų mokyklų studentų, atliekančių praktiką „Vilnius sveikiau", veiklų organizavimo – pristatėme visuomenės sveikatos stebėsenos ir strateginio planavimo skyriaus veiklas, siekėme įtraukiai papasakoti, kaip Biure atliekama visuomenės sveikatos stebėsena, kartu gilinomės į visuomenės sveikatos rodiklių analizės praktines galimybes, aktualių stebėsenos duomenų viešinimą visuomenei ir jos tikslinėms grupėms.

4.5. PROJEKTAI IR MODELIAI

4.5.1. PLANET YOUTH

„Planet Youth“ – tarptautiniu mastu pripažintas pirminės prevencijos modelis, skirtas gerinti jaunų žmonių aplinką ir mažinti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą. Vienas esminių modelio aspektų – bendruomene grindžiamas požiūris, kuriuo siekiama stiprinti pozityvų vaikų ir jų šeimų, bendraamžių, švietimo darbuotojų ir kitų suaugusiųjų ryšį.

Vilniuje šis modelis įgyvendinamas nuo 2020 m. dviem pagrindiniais etapais: kas dvejus metus atliekamas anoniminis 10-ų klasių moksleivių tyrimas, remiantis gautais rezultatais planuojamos ir įgyvendinamos prevencinės priemonės. Naujausi apklausos duomenys padeda suprasti, kokie veiksniai ir kokiu būdu prisideda prie jaunų žmonių bendros gerovės ir psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo įpročių. Ypatingas dėmesys skiriamas suaugusiųjų (tėvų, mokytojų, vietos bendruomenės narių ir kt.) vaidmeniui siekiant juos įtraukti į prevencijos veiklas. Kartu su „Planet Youth“ partneriais ir toliau kviečiame Vilniaus miesto bendruomenę kurti sveikesnę aplinką jaunimui ir aktyviai prisidėti prie praktinių modelio įgyvendinimo veiklų.



„Planet youth“ socialinė kampanija

2025 m. Vilniuje pradėta vykdyti socialinė kampanija „Leiskite patirti, neduokite paragauti“ sulaukė didžiulio atgarsio ir tapo viena ryškiausių prevencinių iniciatyvų Lietuvoje. Ši „Planet Youth“ vykdomos kampanijos kūrybinė vertė buvo pastebėta ir pasauliniu lygiu – ji įtraukta į prestižinį geriausių reklamos darbų žurnalą „Lürzer’s Archive“. Kampanija buvo sukurta kaip tiesioginis atsakas į „Planet Youth“ tyrimo duomenis, kurie atskleidė nerimą keliančią tendenciją, kad kas septintas sostinės dešimtokas alkoholinių gėrimų gauna iš savo šeimos narių. Nors dalis jaunuolių tėvų vis dar laikosi požiūrio, kad esą geriau tą daryti „saugioje namų aplinkoje“ nei leisti paaugliui eksperimentuoti gatvėje, ši socialinė kampanija pabrėžia, jog tokia nuostata klaidinga ir daro žalą jaunimui, taip pat akcentuoja kartu prasmingai leidžiamo laiko svarbą.



14 %

paauglių, kurie gavo alkoholinių gėrimų iš šeimos narių, dalis (2024 m. tyrimo duomenys).

„Planet Youth“ mokymai su islandų eksperte Margrét Guðmundsdóttir

Pasiruošimą tarptautinei „Planet Youth“ konferencijai papildė islandiškojo prevencijos modelio ekspertės Margrét Guðmundsdóttir vedamas intensyvių mokymų ciklas, skirtas švietimo ir tėvų bendruomenėms.

Šių mokymų tikslas buvo ne tik pristatyti teorinius pirminės prevencijos pagrindus, bet ir įgalinti bendruomenes praktiškai taikyti mokslu grįstą metodiką savo kasdienėje aplinkoje. Sesijų metu ypatingas dėmesys skirtas suaugusiųjų vaidmens stiprinimui, kokybiško laiko su vaikais svarbai ir bendrų susitarimų kūrimui.

Mokymų dalyviai



>500

„Planet youth“ akademija

2025 m. Vilniuje pradėjusi veikti iniciatyva „Planet Youth“ akademija tapo svarbiu žingsniu diegiant duomenimis grįstą prevencijos modelį sostinės ugdymo įstaigose. Prie programos iniciatyvos pirmaisiais įgyvendinimo metais prisijungė 13 mokyklų. Remdamosi savo bendruomenių tyrimų rezultatais, jos siekia praktiškai stiprinti apsauginius veiksnius ir tikslingai taikyti pasirinktas prevencines priemones. Akademijos mokyklos jau yra parengusios ir įgyvendina individualius prevencinius planus, kuriais siekiama stiprinti moksleivių gerovę, kurti saugesnę aplinką bei glaudesnį ryšį tarp mokinių, tėvų ir pedagogų.



Daugiau apie „Planet Youth“

4.5.2. AURORA

Europos Sąjungos finansuojamas projektas AURORA – tarptautinė mokslinių tyrimų iniciatyva, skirta klimato kaitos poveikiui prognozuoti ir valdyti, orientuota į Europos Sąjungos borealinį regioną. Vilnius projekte dalyvauja kaip vienas iš demonstracinių miestų, o Biuras yra projekto partneris.

Projektas 2025 m. rugpjūčio mėnesį minėjo pirmuosius įgyvendinimo metus, o per 2025 m. Biuras:

- pateikė Vilniaus miesto statistinius duomenis analizei
- prisidėjo prie literatūros ir vartotojų poreikių analizės, pateikė sistemos panaudojimo atvejus
- teikė lūkesčius dėl tolesnių sistemos kūrimo etapų
- dalyvavo darbiniuose susitikimuose ir diskusijose su projekto partneriais
- inicijavo dalyvių pritraukimą į AURORA įgyvendinimo centrą

SUŽINOK DAUGIAU

Daugiau informacijos apie projektą AURORA



4.5.3. SVEIKATINGUMO PASAS

„Vilnius sveikiau“ įgyvendino VšĮ Inovacijų agentūros projektą „Inovacijų plėtra viešojo sektoriaus institucijose“. Projekto metu sukurti ir įdiegti inovatyvūs informacinės sistemos „Sveikatingumo pasas“ moduliai, užtikrinantys:

- sveikatos priežiūros ugdymo įstaigose gerinimą
- veiklos planavimo ir darbuotojų efektyvumo didinimą
- efektyvų duomenų valdymą ir analizę

Sukurti moduliai

Maitinimo koordinatorių modulis – suteiks galimybę ugdymo įstaigų darbuotojams patogiai registruotis į maitinimo koordinatorių organizuojamus konsultacinius vizitus, o maitinimo koordinatoriams – efektyviau atlikti maitinimo organizavimo vertinimą, teikti rekomendacijas ugdymo įstaigoms, rinkti ir analizuoti apklausų duomenis.

Mobiliųjų komandų modulis – leis ugdymo įstaigų darbuotojams lengvai registruotis į mobiliųjų komandų siūlomus užsiėmimus, o mobiliųjų komandų specialistams – efektyviau planuoti veiklą ir teikti aktualią informaciją apie siūlomas paslaugas.

Ataskaitų modulis – suteiks galimybę efektyviai valdyti, analizuoti ir pristatyti duomenis apie sveikatos priežiūrą ugdymo įstaigose, užtikrinant platesnį duomenų panaudojimą veiklos planavimo, programų įgyvendinimo ir rezultatų vertinimo procesuose.

SUŽINOK DAUGIAU

Daugiau informacijos apie projektą

4.5.4. DIETWISE

Tai projektas, kurio metu yra kuriamos intervencijos (programėlės), galinčios paskatinti tvarią ir sveikatai palankią mitybą gaminant valgį namuose.

2025 m. vykdėme kūrybines dirbtuves su Vilniaus gyventojais ir nuomonės formuotojomis, kuriančiomis turinį, susijusį su maistu, siekdami išsiaiškinti poreikius, kliūtis ir galimybes, kaip pagerinti sveikos ir tvarios mitybos gairių laikymąsi gaminant namuose. Surinkti duomenys bus naudojami kuriant projekte numatytas intervencijas ir informacinių technologijų įrankius.

Taip pat, 2025 m. į mūsų Biurą suvažiavo partneriai iš Graikijos (International Hellenic University, Institute of Communication and Computer Systems, Prolepsis), Belgijos (KU Leuven, Safe Food Advocacy Europe A.S.B.L. (SAFE), Flemish Institute for Healthy Living) ir Lietuvos (Vilnius University Faculty of Medicine Public Health Department, AdCogito, Institute for Advanced Behavioral Research).



4.5.5. NTAKD

2025 m. prisijungėme prie jungtinio NTAKD projekto „Jaunas“ – tai nauja ankstyvosios intervencijos programa 12-18 metų amžiaus jaunimui, eksperimentuojančiam ar nereguliariai vartojančiam psichoaktyviąsias medžiagas. Programai startavus 2026 metais įtrauksime ir elektroninių cigarečių vartojimo mažinimo grupę. Spalio mėnesį Biuro specialistės baigė trijų dienų „FreD“ programos instruktorių parengimo mokymus su lektore Monika Schindler iš Vokietijos (LWL organizacija).



4.5.6. NEĮTIKĖTINI METAI

Programa, sukurta Jungtinėse Amerikos Valstijose ir turinti jau daugiau kaip 30-ies metų įgyvendinimo patirtį, siūlo šeimoms (tėvams, įtėviams, globėjams) kartu su patyrusiomis psichologėmis stiprinti ryšį su vaiku, gilintis į vaiko elgesį, emocijas bei kurti pozityvius santykius šeimoje.

Lietuvoje programa organizuojama 17-oje savivaldybių įgyvendinant projektą kartu su Higienos institutu. Projektą finansuoja Europos Sąjunga.

2025 m. Biure suorganizuotos ir kartu su 8, būtent šiai programai apsimokiusiomis grupės vadovėmis, įgyvendintos 9 ,,Neįtikėtinų metų" ikimokyklinio bei mokyklinio modulio grupės. Apmokyta 100 tėvų. Per visus metus į šią programą užsiregistravo 223 dalyviai norintys dalyvauti programoje.

Mokymai tėvams pagal programą Neįtikėtini metai

4.5.7. REGIONINĖS PLĖTROS PROJEKTAS

Biuras 2025 m. liepos mėnesį pradėjo vykdyti 4 metų trukmės Regioninės pažangos priemonės projektą „Visuomenės sveikatos paslaugų gerinimas Vilniaus miesto savivaldybėje", Nr. 20-505-P-0001. Jo metu beveik 25 tūkst. vilniečių, nuo pačių jauniausių iki senjorų, turės galimybę dalyvauti įvairiose planuojamose veiklose:



savižudybių prevencijos stovyklose



emocinio atsparumo užsiėmimuose



psichoaktyviųjų medžiagų prevencijos raštingumo didinimo užsiėmimuose



psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos užsiėmimuose



psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos socialinėse kampanijose kartu su nuomonės formuotojais



75 Vilniaus mokyklos turės galimybę įsidiegti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo mažinimo krepšelius

4.5.8. KOMPLEKSINIŲ IR INTEGRUOTŲ, MOKSLU PAGRĮSTŲ VISUOMENĖS SVEIKATOS PASLAUGŲ PRIEINAMUMO UŽTIKRINIMAS, BAZINIŲ VISUOMENĖS SVEIKATOS PASLAUGŲ TIKSLINĖMS GRUPĖMS TEIKIMO PROJEKTAS

Šis projektas skirtas gerinti tikslinių gyventojų grupių sveikatą, stiprinant sveikos gyvensenos įgūdžius ir užtikrinant kompleksinių, integruotų bei mokslu pagrįstų visuomenės sveikatos paslaugų teikimą. Projekto veiklos orientuotos į paslaugų kokybės, prieinamumo ir efektyvumo didinimą savivaldybėse.

„Vilnius sveikiau" 2025 m. siekė:



stabilizuoti sergamumo onkologinėmis ligomis augimą, formuojant sveikos gyvensenos ir mažinant onkologinių ligų rizikos veiksnių paplitimą



padėti tėvams palaikyti gerą psichinę ir fizinę sveikatą nėštumo ir pogimdyminiu laikotarpiais, suteikti moksliniais tyrimais paremtą informaciją apie kūdikio ir vaiko iki 3 m. priežiūrą



stabilizuoti vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų traumų ir sužalojimų paplitimą





5. ATSILIEPIMAI

Nėščiųjų mokyklėlė

Šiltas bendravimas, sudėtingi dalykai pateikiami paprastai, nuoširdus dėmesys kiekvienam klausimui, skiriant pakankamai laiko atsakyti! Psichologijos, primaitinimo ir pirmosios pagalbos paskaitos taip pat labai naudingos, ačiū visoms specialistėms, pasiruošimas tapo kur kas labiau ramesnis!

Grupiniai psichikos sveikatos stiprinimo užsiėmimai

Užsiėmimai labai patiko. Tai buvo nauja patirtis man. Labai patiko Laura ir susirinkusi grupė, greit visi susidraugavome. Laukdavau ketvirtadienių :) Manau, jog sustiprinau ryšį su savo vidiniu vaiku, kuo labai džiaugiuosi! Ačiū!

Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto prevencinė programa

Labai naudinga ir informatyvi paskaita. Labai patiko, kad be jokių mitų ar kažkokių prietarų išdėstyta. Ir labai kantriai atsakė į visus auditorijos klausimus. Tiesiog puiku! Paskatino susimąstyti apie asmeninę atsakomybę už savo fizinę ir emocinę sveikatą. Lektorius kalbėjo nuoširdžiai ir įtaigiai, o pateikta informacija buvo ne tik moksliškai pagrįsta, bet ir lengvai suprantama.

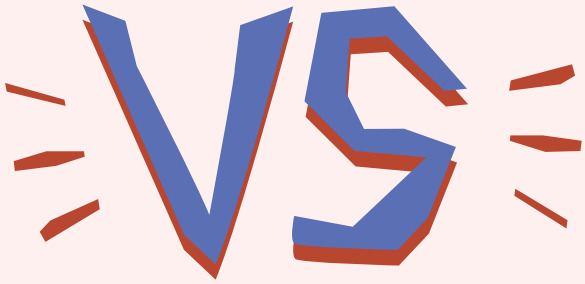
5. ATSILIEPIMAI

Relaksaciniai užsiėmimai „Pietų pertraukėlė“

Labai patiko užsiėmimai. Norėjosi to kiekvieną popietę, labai nuramino mintis, sumažino nerimą. Labai ačiū Guodai. Jos profesionalus ir ramus vedimas tiesiog nepakartojamas. Norėtųsi turėti tokias meditacijas kaip kasdienę terapinę pagalbą.

Socialinis receptas

Esu dėkinga už jūsų veiklą, jūsų programos padeda įveikti socialinę atskirtį ir įneša gyvenimo džiaugsmo. Dirbate didelį ir svarbų, reikalingą darbą, dėkui Jums, linkiu sėkmės ir toliau.
Puikiai organizuojamos veiklos, kurios yra įdomios ir naudingos, smagi kompanija, jaučiu pastovų organizatorių rūpestį. Ačiū.



TURITE KLAUSIMŲ?

Susisiekite su mumis info@vvsb.lt

www.vilniussveikiau.lt