



# VALSTYBINIS VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO FONDAS

VEIKLOS ATASKAITA  
2022 M.



## Turinys

TRUMPAI APIE VALSTYBINĮ VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO FONDA	3
FONDO VEIKLOS REGLAMENTAVIMO POKYČIAI	4
FONDO VEIKLA 2022 M.	6
Fondo 2022 m. prioritetinės veiklų sritys ir priemonės	6
Fondo 2022 m. konkursas ir jo rezultatai	7
Fondo 2022 m. biudžeto paskirstymas ir panaudojimas	8
Fondo 2022 m. įgyvendinti projektai: statistika	10
Fondo 2022 m. įgyvendintų projektų rezultatai	11
Prevenciniai projektai sveikos gyvensenos skatinimo srityje: rezultatų apžvalga	20
Prevenciniai projektai psichikos sveikatos stiprinimo srityje: rezultatų apžvalga	24
Socialinės informacinės kampanijos	30
Socialinė informacinė kampanija „Rinkis gyvenimą“: rezultatų apžvalga	31
Psichikos sveikatos puoselėjimo komunikacijos kampanija	33
FONDO TARYBOS NARIAI 2022 M.	36

## TRUMPAI APIE VALSTYBINĮ VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO FONDĄ

Pagrindiniai faktai apie Valstybinį visuomenės sveikatos stiprinimo fondą (toliau – Fondas):

- įkurtas 2016 m.;
- ne juridinis asmuo;
- tikslas – rūpintis Lietuvos gyventojų sveikatos išsaugojimu bei stiprinimu
- Fondo lėšomis finansuojami prevenciniai projektai, socialinė reklama ir moksliniai tyrimai;
- Fondo lėšas sudaro dalis akcizo pajamų, gautų už parduotus alkoholinius gėrimus ir apdorotą tabaką; dalis įplaukų nuo lėšų, gautų iš loterijų ir azartinių lošimų mokesčio; kitos teisėtai įgytos lėšos;
- administruojamas pagal Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymo 38<sup>1</sup> straipsnį, Fondo nuostatus, kitus įstatymus ir teisės aktus bei Vyriausybės nutarimus, kuriuos tvirtina Vyriausybė;
- Fondo administratorius – Sveikatos apsaugos ministerija;
- Fondo taryba, sudaryta iš valstybinių institucijų, nevyriausybinių organizacijų ir įvairių asociacijų atstovų, yra patariamasis organas Sveikatos apsaugos ministerijai dėl Fondo lėšomis finansuotinių prioritetinių sričių ir priemonių nustatymo ir kitų klausimų.

***Visa aktuali informacija apie Fondą skelbiama Sveikatos apsaugos ministerijos internetinėje svetainėje:***

***<https://sam.lrv.lt/lt/darbo-grupes/valstybinis-visuomenes-sveikatos-stiprinimo-fondas>***

## FONDO VEIKLOS REGLAMENTAVIMO POKYČIAI

2021 m. pabaigoje buvo priimtas Sveikatos sistemos įstatymo 38<sup>1</sup> straipsnio pakeitimo įstatymas<sup>1</sup>. Juo priimti šie pagrindiniai pokyčiai:

- nustatyta, kad Fondas sudaromas ne lėšoms kaupti, o siekiant naudoti skirtas valstybės biudžeto lėšas visuomenės sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo veikloms, įskaitant prevencinius projektus, socialinę reklamą, mokslinius tyrimus, remti;
- atsisakyta nuostatų, kad Fondo lėšos negali būti perduodamos į valstybės biudžetą ir per metus nepanaudotos Fondo lėšos lieka Fondo sąskaitoje;
- atsisakyta Fondo lėšų paskirstymo modelio, kai sprendimus dėl Fondui skirtų lėšų skyrimo priimdavo juridinio asmens teisių neturinti tarpinstitucinė grupė, Fondo taryba, kurios institucinę sudėtį 5 metams tvirtino Vyriausybė, o personalinę – sveikatos apsaugos ministras.

***Fondo taryba, kurią sudaro 14 narių, atstovaujančių valstybines institucijas, nevyriausybines organizacijas ar įvairias asociacijas, iš pagrindinio Fondo valdytojo tapo patariamoju.***

***Pagrindinis Fondo valdytojas – Sveikatos apsaugos ministerija.***

Atitinkamai, siekiant įgyvendinti Sveikatos sistemos įstatymo 38<sup>1</sup> straipsnio pakeitimo įstatymo nuostatas, buvo pakeisti Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo nuostatai<sup>2</sup>:

- atsisakyta nuostatų, pagal kurias kompetencija priimti sprendimus dėl Fondo lėšomis finansuotinių prioritetinių sričių ir priemonių nustatymo, konkurso sąlygų nustatymo ir skelbimo, projektų vertinimo kriterijų ir tvarkos bei Fondo lėšų skyrimo buvo pavesta Fondo Tarybai, perduodant šias funkcijas Sveikatos apsaugos ministerijai;

- nustatytas teisinis reglamentavimas, sukuriantis prielaidas Fondo Tarybai, į ją deleguotiems specialistams vykdyti patariamojo organo funkcijas;
- sudarytos sąlygos efektyvesniam ir sklandesniam Fondo Tarybos darbui, pakeičiant Tarybos posėdžių kvorumo taisyklę iš dviejų trečdalių Tarybos narių į ne mažiau kaip pusę;
- nustatyta Sveikatos apsaugos ministerijos kaip Fondo administratoriaus kompetencija Fondo lėšomis finansuotinių prioritetinių sričių ir priemonių nustatymo, projektų atrankos, vertinimo tvarkos ir sprendimų dėl Fondo lėšų paskirstymo bei administravimo procese.

---

<sup>1</sup> Lietuvos Respublikos Seimo 2021 m. gruodžio 16 d. įstatymas Nr. XIV-792 „Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymo Nr. I-552 381 straipsnio pakeitimo įstatymas“ (<https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/dfcb3ba067e611eca9ac839120d251c4> )

<sup>2</sup> Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2022 m. kovo 2 d. nutarimas Nr. 183 „Dėl Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2015 m. lapkričio 18 d. nutarimo Nr. 1197 „Dėl Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo nuostatų ir valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo tarybos sudėties patvirtinimo“ pakeitimo“

## FONDO VEIKLA 2022 M.

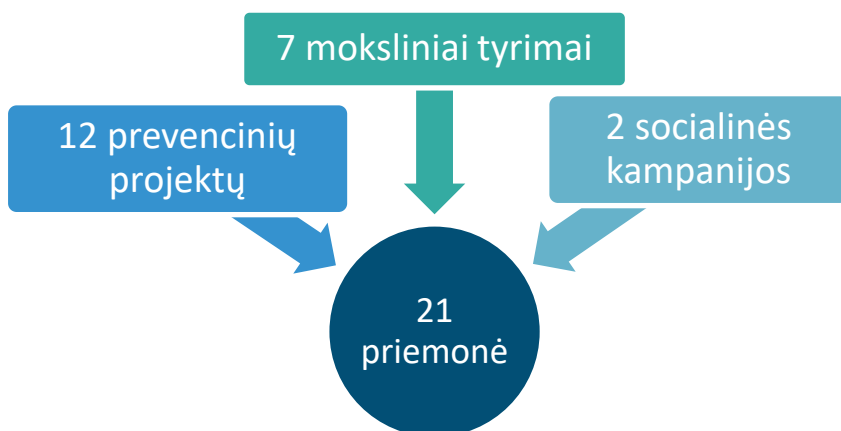
### Fondo 2022 m. prioritetinės veiklų sritys ir priemonės

Nuo 2019 m. Fondo prioritetinės veiklų sritys išlaiko tęstinumą ir nesikeičia. Tai:

- Sveikos gyvensenos skatinimas;
- Visuomenės psichikos sveikatos stiprinimas.

Šioms sritims įgyvendinti, buvo patvirtinta 21 priemonė, apimanti prevencinius projektus, mokslinius tyrimus ir socialines kampanijas (žr. pav. 1). Šioms priemonėms įgyvendinti buvo skelbiamas konkursas.

*pav. 1. 2022 m. patvirtintų priemonių įvairovė*



**Prioritetinės veiklų sričių priemonės yra patvirtintos Sveikatos ministro 2022 m. kovo 25 d. įsakymu Nr. V-647 (<https://tinyurl.com/mvy66327>)**

## Fondo 2022 m. konkursas ir jo rezultatai

### 2022 m. balandžio 4 d. paskelbtas Fondo konkursas

#### Sulaukta 149 paraiškų

- 11 paraiškų dubliavosi (pareiškėjai į sistemą buvo įkėlę tą pačią paraišką kelis kartus), todėl administraciniam vertinimui tinkamomis pripažintos 138 paraiškos.
- Paraiškų nesulaukta šešioms priemonėms (3 prevenciniams projektams ir 3 moksliniams tyrimams), susijusioms su suaugusiųjų skiepėjimo aprėpčių didinimu; užkrečiamų ligų kontrole ir prevencija per asmens sveikatos priežiūros ir socialinės globos įstaigų specialistų kompetencijų didinimą pasitelkiant audiovizualinį mokymą; tyrimu apie gyvenamųjų pastatų vidaus patalpų oro kokybės įvertinimą; psichoaktyviųjų medžiagų prevencija ir ankstyvąja intervencija aukštųjų mokyklų studentams; tyrimu apie alkoholio vartojimo prevencijos programą / priemonių darbo vietose įgyvendinimą; tyrimu apie benzodiazepinų ir benzodiazepinų dariniams priskiriamų bei panašaus veikimo mechanizmo vaistinių preparatų vartojimą Lietuvoje.

#### 138 paraiškoms atliktas administracinės atitikties vertinimas, 111 paraiškų jį atitiko

- vertinimą atliko **Fondo administravimo grupė pagal** Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis finansuojamų projektų finansavimo ir administravimo tvarkos aprašą (toliau- Aprašas).
- 80 proc. vertintų paraiškų atitiko administracinę atitiktį ir buvo perduotos ekspertiniam vertinimui.
- Dažniausiai paraiškos neatitiko administracinės atitikties dėl **netinkamo** (nesilaikant Aprašo nurodymų) **paraiškos dalių užpildymo** ir (arba) **nepakankamo visų** Fondo lėšomis planuojamų įsigyti projektui įgyvendinti būtinų **prekių ar paslaugų kainų pagrindimo**.

#### 111 paraiškų atliktas ekspertinis vertinimas

- Paraiškų ekspertinį vertinimą pagal Aprašą atliko ekspertai, kurių paslaugas įsigijo Fondo administratorius viešųjų pirkimų nustatyta tvarka
- Ekspertinio vertinimo metu identifikuotas dar vienas paraiškų dubliavimasis, tad ekspertai įvertino 110 unikalių paraiškų

#### 51 projektas gavo finansavimą

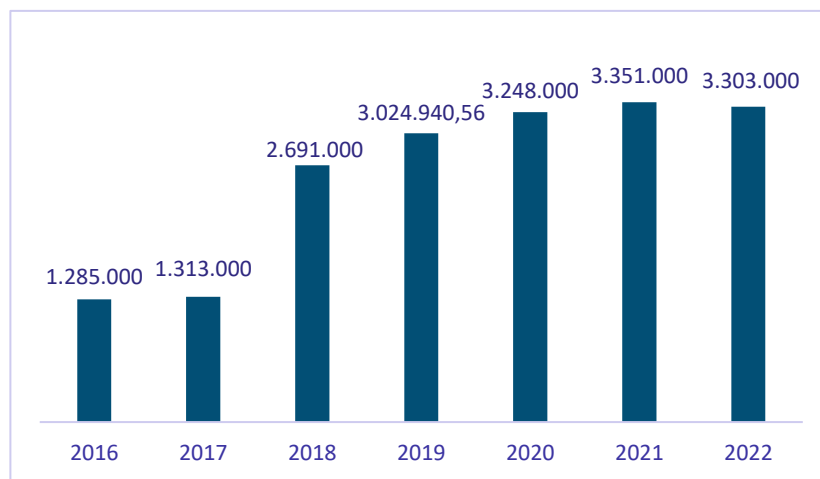
- Fondo lėšos skirtos daugiausia balų (30 ir daugiau) surinkusiems projektams, atsižvelgiant į turimą lėšų kiekį. Viso finansuotas 51 projektas.
- 19 finansuotųjų projektų, kuriems dėl riboto Fondo lėšų kiekio nepakako finansavimo, buvo įtraukti į rezervinį projektų sąrašą pagal visuomenės sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo veiklas.
- 40 projektų surinko mažiau nei 30 balų ir pateko į nefinansuotųjų projektų sąrašą.

**Informacija apie Fondą pasiekama Sveikatos apsaugos ministerijos internetinėje svetainėje [sam.lrv.lt](http://sam.lrv.lt)**

## Fondo 2022 m. biudžeto paskirstymas ir panaudojimas

2022 m. Fondui buvo skirta 3.303.000,00 Eur. Jau ketvirtus metus Fondo finansavimo apimtys išlieka gana stabilios ir siekia apie 3 mln. eurų (žr. pav. 2). Tai leidžia užtikrinti finansuojamų projektų, mokslinių tyrimų ir socialinių kampanijų aprėptį ir įvairovę.

pav. 2 Fondui skirtas finansavimas 2016-2022 m. (eur)

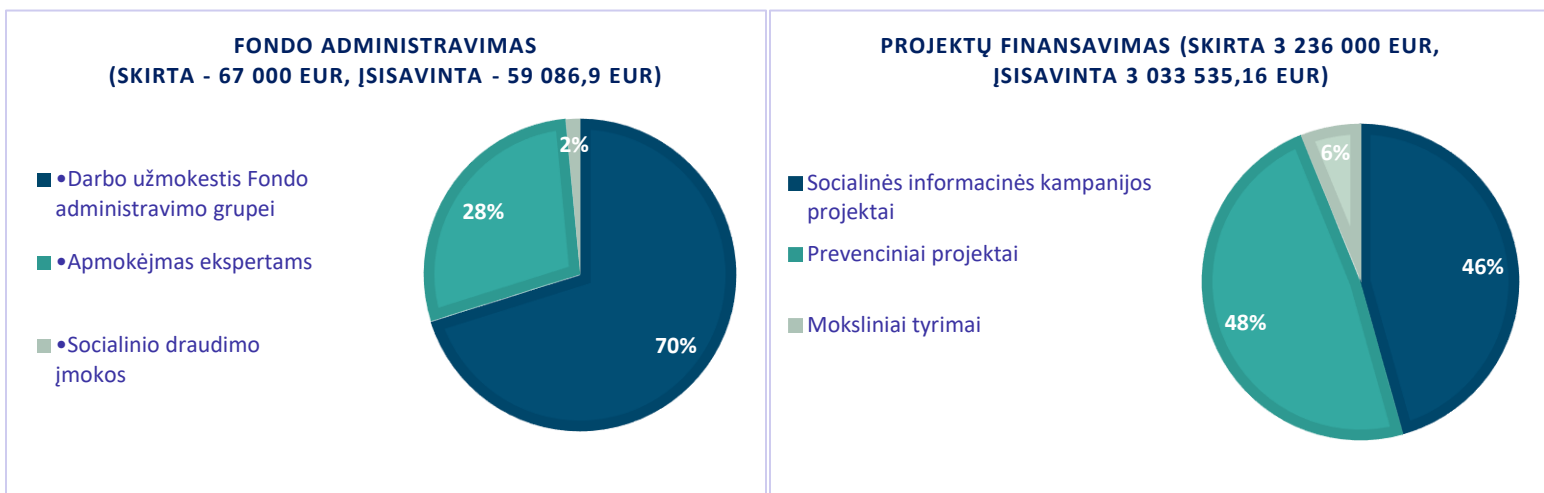


2022 m. Fondui skirtų lėšų įsisavinimas yra aukštas – 93,6 proc. Lyginant su 2021 m., tai net 9 proc. geresnis lėšų įsisavinimo rodiklis. Dalis lėšų neįsisavinta dėl nutrauktų paraiškų (pareiškėjų iniciatyva) bei dėl sutaupymų projektų įgyvendinimo ir ekspertų paslaugų įsigijimo metu. Fondo 2022 m. lėšų paskirstymas (eur) ir jų faktinis įsisavinimas pateiktas schemoje žemiau (žr. pav. 3).

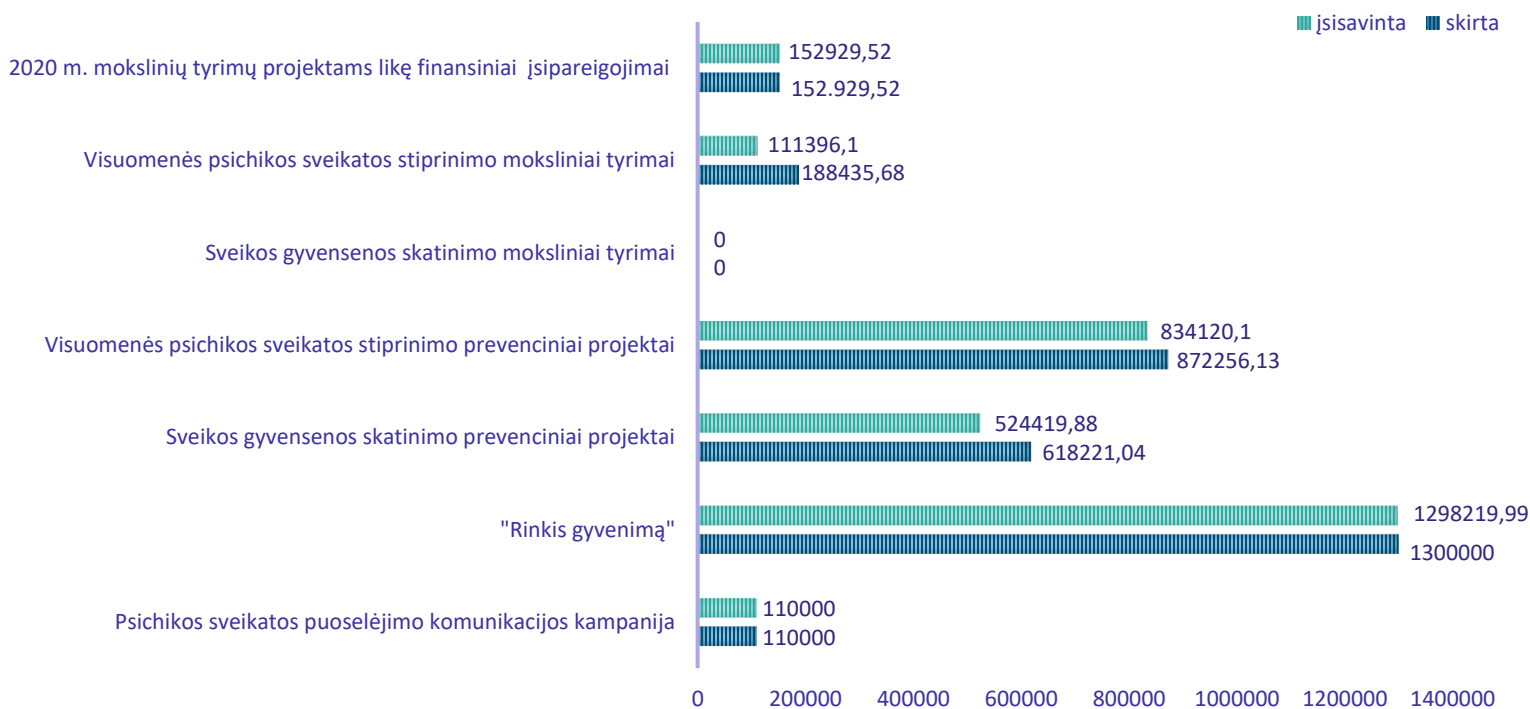
**2022 m. įsisavinta 93,6 proc. Fondui skirtų lėšų.**

pav. 3 Fondo 2022 m. skirtų lėšų paskirstymas ir faktinis įsisavinimas

**Fondo pajamos – 3 303 000 eur (įsisavinta – 3 092 622,06 eur)**



**DETALUS FONDO LĖŠŲ PASISKIRSTYMAS IR ĮSISAVINIMAS PAGAL PRIORITETINES VEIKLOS SRITIS**



5 sutarčių, pasirašytų 2022 m. finansiniai įsipareigojimai už 102.469,45 eur perkelti 2023 metams. Tai 2022 m. pradėti vykdyti 4 moksliniai tyrimai, kurių įgyvendinimo trukmė yra iki 2023 m. rugsėjo 1 d., bei vienas prevencinis projektas, kuriam finansavimas buvo skirtas kiek vėliau nei kitiems projektams (žr. pav. 4).

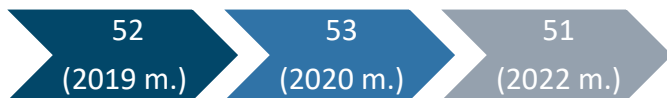
*pav. 4. 2022 m. projektai, kurių vykdymas persikelia į 2023 metus.*

Vilniaus universitetas	Didelės rizikos narkotikų vartotojų paplitimo vertinimas bei adatų ir švirškštų programos ir pakaitinio gydymo aprėpties bei kokybės įvertinimas taikant daugiametodį skaičiavimą Lietuvoje
Lietuvos sveikatos mokslų universitetas	Lietuvos moksleivių ir suaugusių gyventojų sveikatos rizikos veiksnių pokyčių COVID-19 pandemijos laikotarpiu vertinimas ir rekomendacijų jų neigiamam poveikiui mažinti parengimas
Vilniaus Gedimino technikos universitetas	Lietuvos gyventojų loterijų ir azartinių lošimų paplitimo bei įpročių tyrimas
Vilniaus universitetas	Mokyklų pedagoginių darbuotojų emocinė (psichologinė) savijauta
Rengimo šeimai asociacija	Neigiamo skaitmeninės aplinkos poveikio vaiko asmenybei prevencijos ir ankstyvosios intervencijos mokykloje algoritmas

## Fondo 2022 m. įgyvendinti projektai: statistika

2022 m. Fondo lėšos skirtos 51 projektui įgyvendinti. Lyginant su Fondo kelių pastarųjų metų veiklos apimtimis (kai Fondui skiriamas virš 3 mln. eurų finansavimas), 2022 m.

*pav. 5. Finansuotų paraiškų skaičius 2019, 2020 ir 2022 m.\**



\*2021 m. buvo dengiami 2020 m. pab. prisiimti finansiniai įsipareigojimai, todėl informacija apie tuos metus nepateikiama

finansuotų projektų skaičius yra panašus – vidutiniškai finansuojamos 52 paraiškos (žr. pav. 5).

Per 2022 m. pilnai įgyvendinti 44 projektai: dvi sutartys buvo nutrauktos (sveikos gyvensenos skatinimo srityje), o 5 projektų vykdymas bus baigtas 2023 metais (žr. pav. 4).

Visais vykdytais projektais prisidėta ne tik prie Fondo prioritetinių veiklų sričių įgyvendinimo, bet ir prie ilgalaikio valstybės siekio sveikatos srityje – pasiekti, kad

sumažėtų šalies gyventojų sergamumas ir mirtingumas nuo ligų, kurių galima išvengti prevencinėmis priemonėmis, o žmonės būtų sveikesni ir geriau besijaučiantys<sup>3</sup>.

## Fondo 2022 m. įgyvendintų projektų rezultatai

### Moksliniai tyrimai

2022 m. buvo skirtas finansavimas ir pradėti įgyvendinti 4 moksliniai tyrimai visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo srityje. Šiais tyrimais bus siekiama geriau suprasti kokia yra mokytojų psichologinė savijauta; koks yra loterijų ir azartinių lošimų paplitimas bei Lietuvos gyventojų įpročiai šioje srityje; kokius pokyčius atnešė COVID-19 pandemija mokinių ir suaugusiųjų sveikatos rizikos veiksnių atžvilgiu; bei koks yra didelės rizikos narkotikų vartojimo paplitimas Lietuvoje. Tyrimai bus baigti 2023 m.

Taip pat 2022 m. buvo baigti kiti 6 moksliniai tyrimai, prasidėję dar 2020 m. pabaigoje (žr. pav. 6).

*pav. 6. 2020 m. moksliniai tyrimai, kurių vykdymas buvo baigtas 2023 m.*

<b>Sveikos gyvensenos skatinimo sritis</b>	
Vilniaus universitetas	Fizinio aktyvumo skatinimo darbovietėse efektyvių modelių sukūrimas ir įdiegimas
Vilniaus universitetas	Ilgalaikis ekranų poveikis vaikų fizinei ir psichikos sveikatai
Lietuvos sporto universitetas	Suaugusių (18–64 metų) ir vyresnio amžiaus (65 metų ir vyresnių) asmenų fizinio pajėgumo vertinimo tarptautinių testų rinkinio (baterijos) adaptavimas bei rekomendacijų parengimas naudojimui Lietuvoje
<b>Psichikos sveikatos stiprinimo sritis</b>	
Vilniaus universitetas	Beck skalių, naudojamų psichikos ir elgesio sutrikimų diagnostikai, pritaikymas naudojimui Lietuvoje

<sup>3</sup> 2022–2030 m. plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programa, patvirtinta Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2022 m. sausio 26 d. nutarimu Nr. 66 „Dėl 2022–2030 m. plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programos patvirtinimo“ (<https://tinyurl.com/pwk96dh4>)

Lietuvos sveikatos mokslų universitetas	Lietuvos gyventojų elektroninių cigarečių ir naujoviškų bedūmių kaitinamojo tabako gaminių vartojimo paplitimo ir vartojimo įpročių tyrimas
Klaipėdos universitetas	Psichikos sveikatai palankios mokyklos tarpsritinė koncepcija ir tyrimas

## Moksliniai tyrimai sveikos gyvensenos skatinimo srityje: trumpa rezultatų apžvalga

**Tyrimas „Fizinio aktyvumo skatinimo darbovietėse efektyvių modelių sukūrimas ir įdiegimas“** (vykdytojas – Vilniaus universitetas)

*Tikslas* – sukurti lengvai pritaikomą ir efektyvią sveikatos stiprinimo programą, įvairiausių būdų rinkinį ir rekomendacijas, kuriais remiantis būtų lengva sėdimo darbo organizacijoms savarankiškai skatinti darbuotojų fizinį aktyvumą ir gerinti gerovę stiprinant ne tik fizinę, bet ir psichikos bei socialinę sveikatą.

*Rezultatai:* Sukurta ir praktiškai išbandyta „Sveikatos stiprinimo programą sėdimą darbą dirbantiems asmenims“ programa, kurią galima pritaikyti savarankiškai organizacijoje pagal jau sukurtas nuotoliniu būdu prieinamas priemones, sudarytą jų išdėstymą laike ir parengtus laiško šablonus. Daugiau informacijos: <https://tinyurl.com/y92xecj6>  
Parengtas elektroninis leidinys „Sveikatos stiprinimas sėdimo darbo organizacijose remiantis holistine perspektyva. Mokslu grįstos praktinės rekomendacijos“, kuris prieinamas čia: [https://www.ssc.vu.lt/external/ssc/files/2022-2023/Sveikatos\\_stiprinimas\\_sedimo\\_darbo\\_organizacijose.pdf](https://www.ssc.vu.lt/external/ssc/files/2022-2023/Sveikatos_stiprinimas_sedimo_darbo_organizacijose.pdf)

Plačiau: <https://tinyurl.com/yckn5jex>

**Tyrimas „Suaugusių (18–64 metų) ir vyresnio amžiaus (65 metų ir vyresnių) asmenų fizinio pajėgumo vertinimo tarptautinių testų rinkinio (baterijos) adaptavimas bei rekomendacijų parengimas naudojimui Lietuvoje“** (vykdytojas – Lietuvos sporto universitetas)

*Tikslas* – adaptuoti suaugusių (18-64 metų) ir vyresnio amžiaus (65 metų ir vyresnių) asmenų fizinio pajėgumo vertinimo tarptautinių testų rinkinį (bateriją) ir parengti rekomendacijas fizinio pajėgumo testų rinkinio (baterijos) naudojimui Lietuvoje.

*Rezultatai:* Parengta suaugusių (18–64 metų) ir vyresnio amžiaus (65 metų ir vyresnių) asmenų fizinio pajėgumo vertinimo metodika, prieinama čia: <https://tinyurl.com/276nutu>

Parengti 2 vaizdo įrašai kaip naudotis parengta metodika:

- apie 18-64 m. asmenų fizinio pajėgumo vertinimą: <https://www.youtube.com/watch?v=WONcWsZgNVO>
- apie 65+ asmenų fizinio pajėgumo vertinimą: <https://www.youtube.com/watch?v=9MgXyjYfTcE>

Plačiau: <https://tinyurl.com/bdz4uppv>

**Tyrimas „Ilgalaikis ekranų poveikis vaikų fizinei ir psichikos sveikatai“ (vykdytojas – Vilniaus universitetas)**

*Tikslas* – įvertinti informacinių technologijų naudojimo trukmės bei pobūdžio reikšmę vaikų nuo dviejų iki keturiolikos metų amžiaus fizinei bei psichikos sveikatai bei parengti rekomendacijas apie vaikų naudojimosi IT poveikį jų sveikatai ir pasiūlyti su tuo susijusias sveikatos sutrikimų prevencijos ir žalos mažinimo priemones.

*Rezultatai:* Atliktas didelės apimties mokslinis tyrimas ir jo rezultatai pateikti mokslo ataskaitoje, suformuluotos ir pateiktos priemonės žalos mažinimui ir rekomendacijos specialistams, vaikams, tėvams. Tyrimo rezultatai itin plačiai skelbiami mokslo publikacijose, pranešimuose konferencijose, žiniasklaidoje, internetiniame puslapyje [www.mediavaikai.lt](http://www.mediavaikai.lt)

Plačiau: <https://tinyurl.com/4ehj9j6t>

## Moksliniai tyrimai psichikos sveikatos stiprinimo srityje: trumpa rezultatų apžvalga

**Tyrimas „Beck skalių, naudojamų psichikos ir elgesio sutrikimų diagnostikai, pritaikymas naudojimui Lietuvoje“ (vykdytojas – Vilniaus universitetas)**

*Tikslas* – pritaikyti 5 Beck skales – Beck depresijos aprašo (BDI-II), Beck nerimo aprašo (BAI), ClarkBeck obsesijų-kompulsijų (OKS) aprašo (CBOCI), Beck neviltingos skalės (BHS) ir Beck suicidinio mąstymo skalės (BSS) – naudojimui Lietuvoje, surenkant klinikinių imčių duomenis.

*Rezultatai:* Parengtos lietuviškos Beck skalės bei atliktas psichometrinių charakteristikų patikrinimas norminėje (N = 1296) ir klinikinėje (N = 242) imtyse. Tyrimo duomenų bazė viešai prieinama per MIDAS duomenų banką lietuvių (<https://tinyurl.com/4y5meuyy>) ir anglų (<https://tinyurl.com/27yydca7>) kalbomis. Norint įsigyti Beck skales reikia kreiptis į Vilniaus universiteto Psichologijos instituto Taikomosios psichologijos laboratoriją ([splaboratorija@gmail.com](mailto:splaboratorija@gmail.com))

Plačiau: <https://tinyurl.com/2rewvt5d>

**Tyrimas „Psichikos sveikatai palanki mokykla“ (vykdytojas – VšĮ Klaipėdos universitetas)**

*Tikslas* – parengti tarpsritinę psichikos sveikatai palankios mokyklos koncepciją, siekiant padėti mokyklose bendruomenėms kurti palankią psichikos sveikatai aplinką, teikti mokslininkams pagrįstas rekomendacijas mokinių psichikos sveikatai stiprinti ir skleisti praktikas psichikos sveikatos stiprinimo sistemai užtikrinti.

*Rezultatai:* Atliktas tyrimas siekiant kompleksiskai įvertinti psichikos sveikatai svarbiausius veiksnius mokykloje bei jų tarpusavio sąryšius. Parengta tarpsritinė psichikos sveikatai palankios mokyklos koncepcija.

Plačiau: <https://tinyurl.com/4ehj9j6t>

**Tyrimas „Lietuvos gyventojų elektroninių cigarečių ir naujoviškų bedūmių kaitinamojo tabako gaminių vartojimo paplitimo ir vartojimo įpročių tyrimas“**

*Tikslas* – įvertinti ir išanalizuoti elektroninių cigarečių ir naujoviškų bedūmių kaitinamojo tabako gaminių vartojimo paplitimo ir vartojimo įpročius tarp Lietuvos gyventojų.

*Rezultatai:* Parengtas Lietuvos gyventojų elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako gaminių vartojimo paplitimo ir įpročių tyrimas, prieinamas čia: <https://tinyurl.com/yc5ua5ka>

## Prevenciniai projektai

2022 m. buvo įgyvendintas 31 prevencinis projektas. Projektai pasižymėjo įgyvendinamų veiklų įvairove – nuo paskaitų, renginių, diskusijų, kūrybinių užsiėmimų iki stovyklų, edukacinių išvykų ar treniruočių. Iš viso tiesiogiai projektuose sudalyvavo apie 15 000 dalyvių.

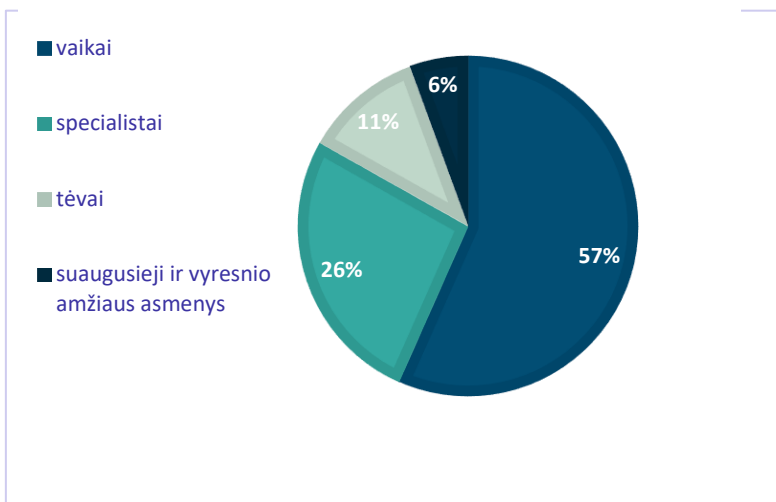
Pagrindinė 2022 m. vykdytų Fondo abiejų prioritetinių sričių projektų tikslinė grupė buvo vaikai (mokyklinio amžiaus). Projektuose sudalyvavo apie 9 000 vaikų (57 proc. visų projektų dalyvių). Kitos projektų tikslinės grupės buvo specialistai (asmens sveikatos,

visuomenės sveikatos, švietimo srities

bei socialinės srities), vaikų, turinčių raidos sutrikimų tėvai ir globėjai, vyresnio amžiaus asmenys (žr. pav. 7).

Projektų metu jų naudą patyrė ne tik jų tiesioginiai dalyviai, bet ir buvo sukurta tęstinių produktų,

*pav. 7. 2022 m. projektų dalyvių pasiskirstymas pagal tikslines grupes*



kuriais gali naudotis atitinkamų sričių specialistai, tikslinių grupių atstovai, visuomenės

---

nariai. Pavyzdžiui, yra parengtos ir viešai paskelbtos fizinio aktyvumo programos, skirtos pokovidinio sindromo simptomams lengvinti skirtingoms amžiaus grupėms: vaikams, suaugusiesiems, vyresnio amžiaus asmenims (<https://tinyurl.com/27wcvuz9>). Žemiau pateikiami visi tokių projektų metu sukurti produktai, kuriais gali naudotis visuomenė.

## Sveikos gyvensenos skatinimo srities projektai, kurių metu sukurta tęstinių produktų

### Prevencinis projektas „Interaktyvus sportas namuose- pokovidinio sindromo simptomams lengvinti“ (Vykdytojas – VšĮ „Švietimo pagalbos projektai“):

- Parengta 30 dienų fizinio aktyvumo programa pokovidinio sindromo simptomams lengvinti, kuri viešai prieinama: <https://www.projektaisvietimui.lt/sugrizk-i-ritma/>
- Sukurtas interaktyvus fizinio aktyvumo programos pokovidinio sindromo simptomams lengvinti įgyvendinimo stebėsenos įrankis, kuris viešai prieinamas: <https://www.projektaisvietimui.lt/sugrizk-i-ritma/>
- Parengta programos pratimų vaizdo medžiaga (mokomieji filmai su pratimų demonstravimu), viešai prieinama: <https://www.projektaisvietimui.lt> bei youtube: <https://tinyurl.com/27wcvuz9>
- Fizinio aktyvumo pratimus ir visą informaciją galima turėti išmaniajame renginyje atsisiuntus programėlę „Sugrįžk į ritmą“

### Prevencinis projektas „Lytiškumo ugdymo autistiškiems vaikams modelio sukūrimas ir diegimas“ (vykdytojas – Asociacija „Lietaus vaikai“)

- Sukurta metodinė lytiškumo ugdymo medžiaga, skirta autizmo spektrą turinčių vaikų ir jaunimo lytiniam švietimui (bus patalpinta <http://vilniauslietausvaikai.lt/> baigus svetainės atnaujinimo darbus)

### Prevencinis projektas „Sveikatingumo ugdymo paslaugų šeimoms, kuriose yra vaikai su antsvoriu ar nutukimu, prieinamumo didinimas Lietuvoje“ (vykdytojas – Lietuvos antsvorio ir nutukimo prevencijos asociacija „Lobesity“)

- Parengta darbo su antsvorį turinčiais vaikais metodika ir vaizdo medžiaga „Kompleksinis vaikų su antsvoriu ar nutukimu sveikos gyvensenos ugdymas, įtraukiant suaugusius šeimos narius“. Viešai prieinama: <http://lobesity.lt/metodine-medziaga/>

### Prevencinis projektas „Sveikatos stiprinimo programa jaunimui“ (Vykdytojas – VšĮ Mindify)

- Parengta metodinė medžiaga - 7 dienų praktinis vadovas „Sveikas žmogus: fizinis aktyvumas, emocinis augimas ir mityba #darSveikiau“, skirtas skirtas dirbti su 5-9 klasių mokiniais, fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, psichikos sveikatos stiprinimo kompleksinei veiklai vykdyti (bus patalpinta [www.mindify.lt](http://www.mindify.lt) atlikus metodikos suskaitmeninimo darbus)

### Prevencinis projektas „Agu sveikas ir stiprus“ (Vykdytojas – Lietuvos Samariečių bendrijos Vilniaus skyrius)

- Parengta interaktyvi metodinė medžiaga mokiniams, specialistams ir tėvams apie sveiką mitybą ir gyvenseną. Joje užduotys ir testai vaikams, rekomendacijos specialistams, savikontrolės ir stebėjimo testų pavyzdžiai, kurie padės sveikos mitybos ir normalaus kūno svorio stebėsenai, korekcijai ir gerai psichologinei savijautai. Viešai prieinama: <https://tinyurl.com/4dy74f3s> ir <https://moodle.pvmc.lt/>

## Psichikos sveikatos stiprinimo srities projektai, kurių metu sukurta tęstinių produktų (Psichologinio atsparumo didinimas)

### Prevencinis projektas „Jaučiu ir bendrauju: teatro ir dailės duetas“ (Vykdotojas – Šiaulių universitetinė gimnazija)

- Parengtas gerosios patirties el. leidinys bei vaizdo įrašas. Leidinyje apibendrinama projekto metu įgyta patirtis, svarbiausios temos ir veiklos, pristatomas forumo teatro metodas ir jo galimybės ugdyti socialines ir emocines kompetencijas, vaikams kylantys sunkumai ir galimi jų sprendimo būdai. Taip pat pristatomi forumo teatro žaidimai, pratimai ir veiklos, kurios gali būti taikomos kiekvienoje ugdymo įstaigoje. Viešai prieinama: el. leidinys - <https://tinyurl.com/32vus5r8>; vaizdo įrašas - [https://www.youtube.com/watch?v=DfdBxc\\_k\\_tl](https://www.youtube.com/watch?v=DfdBxc_k_tl)

### Prevencinis projektas „Atmetimo galerija“ (vykdotojas – VšĮ „Kultūrinės ir organizacinės idėjos“)

- Sukurta internetinė svetainė [www.atmetimogalerija.lt](http://www.atmetimogalerija.lt). Joje pristatomos 30 autentiškų žymių žmonių (pvz. Vaidotas Valiukevičius, Rūta Meilutytė, Aistė Diržiūtė) kūrybinės karjeros patirtys, savirefleksijos. Svetainė ir jos turinys yra jaunimui aktualus, autentiškas ir nedidaktiškas būdas kalbėti apie atmetimą, psichologinį atsparumą, nagrinėti šias temas įvairiais aspektais. Svetainės aktyvumas bus palaikomas 24 mėnesius.
- Sukurtos 4 metodikos (tėvams, mokytojams, jaunimo darbuotojams ir moderatoriams) kaip kalbėti su jaunimu apie atmetimą. Metodikos skirtos. Viešai prieinama: [www.atmetimogalerija.lt](http://www.atmetimogalerija.lt)

### Prevencinis projektas „Animacija vaikų ir paauglių socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymui“ (Vykdotojas – VšĮ „Lions quest Lietuva“)

- Parengti septyni filmukai, kuriuose nagrinėjamos ir paaiškinamos įvairios socialinio emocinio intelekto ugdymo temos, siekiant padėti vaikams ir paaugliams įgyti ar atnaujinti emocinius ir socialinius įgūdžius. Viešai prieinami: <https://www.youtube.com/watch?v=f7cYHJVmTZU>; <https://www.youtube.com/watch?v=IKG6s7OMN6A&t=2s>; <https://www.youtube.com/watch?v=opBgkkmJdgQ&t=1s>; <https://www.youtube.com/watch?v=PujjYJZgNes>; <https://www.youtube.com/watch?v=k1i5KYOOdAQ>; <https://www.youtube.com/watch?v=UwTmsw8q8uM&t=1s>; <https://www.youtube.com/watch?v=Q5Z-j4jVsME&t=14>

### Prevencinis projektas „Panevėžio regiono viešųjų bibliotekų darbuotojų psichologinio atsparumo įgūdžių ir socialinių-emocinių kompetencijų stiprinimas pasitelkiant kultūros ir meno intervencijas“ (vykdotojas – Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji biblioteka)

- Parengta dėmesingu įsisąmoninimu grįsto streso valdymo metodika, padedanti ugdyti psichologinį atsparumą. Viešai prieinama: <https://tinyurl.com/3mtampu5>

### Prevencinis projektas „Metodinės medžiagos - programos „Vaikų, jaunuolių ir suaugusiųjų psichologinio atsparumo ir socialinių-emocinių kompetencijų stiprinimas“ parengimas, išbandymas ir pristatymas psichikos sveikatos gerinimo srityje dirbantiems specialistams“ (vykdotojas – VšĮ Psichologinės paramos ir konsultavimo centras)

- Parengta metodinė medžiaga-programa „Vaikų, jaunuolių ir suaugusiųjų psichologinio atsparumo ir socialinių-emocinių kompetencijų stiprinimas“, skirta ugdyti psichologinį atsparumą ir socialines-emocines kompetencijas. Joje apjungtos teorinės ir praktinės psichologinės, psichoterapinės žinios, kaip ugdyti save kaip asmenybę meno pagalba bei taikant naratyvinės ir kognityvinės terapijos metodus. Viešai prieinama: <https://tinyurl.com/ye5eztpx>

## Psichikos sveikatos stiprinimo srities projektai, kurių metu sukurta tęstinių produktų (Probleminio interneto naudojimo prevencija)

### Prevencinis projektas „Probleminio interneto ir kitų skaitmeninių technologijų naudojimo iššūkiai psichikos sveikatai: į pagalbą specialistui“ (vykdytojas – Skaitmeninės etikos centras)

- Parengta metodinė medžiaga „Probleminio interneto naudojimo ir kitų skaitmeninių technologijų naudojimo iššūkiai psichikos sveikatai: į pagalbą specialistui“. Parengtas skaitmeninis įrankis metodikos naudojimui. Viešai prieinama: <https://e-etika.lt/pagalba-specialistui/> Čia pateikti ir nuotolinių mokymų metu sukurti vaizdo įrašai.

### Prevencinis projektas „Specialistų žinių ir kompetencijų tobulinimas sprendžiant probleminio interneto ir kitų skaitmeninių technologijų naudojimo keliamus iššūkius psichikos sveikatai ir skatinant šių priklausomybių prevenciją“ (vykdytojas – Kauno rajono pedagoginė psichologinė tarnyba)

- Parengta metodinė medžiaga, skirta specialistams, dirbantiems asmens sveikatos priežiūros, visuomenės sveikatos priežiūros, švietimo ir kitose atitinkamose srityse, ir galintiems efektyviai prisidėti prie naujų priklausomybę sukeliančių rizikos veiksnių prevencijos vykdymo bei pagalbos priklausomiems asmenims teikimo. Viešai prieinama: <https://kaunorppt.lt/wp-content/uploads/2022/12/Metodika.pdf>

### Prevencinis projektas „Probleminio interneto naudojimo prevencijos programa Gyvenu Gyvai“ (vykdytojas - Socialinių projektų institutas)

- Parengta metodika „Probleminis interneto naudojimas: priežastys, pasekmės, prevencijos ir intervencijos galimybės“.
- Parengta 8 val. mokymo programa, atitinkanti Nacionalinės švietimo agentūros (NŠA) formaliojo švietimo programų reikalavimus. Ji užregistruota NŠA Neformaliojo švietimo programų registre (kodas 221000865). Programa papildomai pritaikyta pagal nustatytą pedagogams skirtų akredituotų programų tvarką ir užregistruota NŠA Neformaliojo švietimo programų registre (kodas 211001426)
- Sukurtas metodikos ir metodinių priemonių repozitoriumas, viešai prieinama: <http://spinstitutas.lt/mokymai/repozitoriumas-19/lt/>

## Psichikos sveikatos stiprinimo srities projektai, kurių metu sukurta tęstinių produktų (Pagalba vaikams, turintiems raidos sutrikimų)

Prevencinis projektas „Efektyvių pagalbos metodų taikymas vaikams, turintiems raidos sutrikimų. Tėvų ir specialistų kompetencijų tobulinimas“ (vykdytojas – Asociacija „Kitoks vaikas“)

- Parengta metodinė medžiaga 6 mokomųjų vaizdo filmų forma „Ankstyvoji pagalba vaikams, turintiems autizmo spektro sutrikimų. Mokslu grįstos strategijos tėvams ir specialistams“. Viešai prieinama: <https://www.youtube.com/@svietimopagalbosprojektai768>

Prevencinis projektas „Prevencinių priemonių įgyvendinimas specialistams ir tėvams, auginantiems vaikus, turinčius raidos sutrikimų“ (vykdytojas - Neišnešiotų naujagimių asociacija „Neišnešiotukas“)

- Sukurtos metodinės priemonės – 20 video filmukų (10 vnt. skirta tėvams, auginantiems vaikus su raidos sutrikimais, 10 vnt. švietimo ir sveikatos priežiūros specialistams, dirbantiems su šeimomis, kuriose auga vaikai su raidos sutrikimais. Viešai prieinama: <https://auginulietuva.lt/tevam-kudikio-raida> ir <https://auginulietuva.lt/specialistams-kudikio-raida>

Prevencinis projektas „Jonavos, Utenos, Kupiškio rajonų savivaldybių bendrojo ugdymo įstaigų specialistų ruošimas, vaikų su specialiaisiais poreikiais integracijai į bendrojo ugdymo mokyklas“ (vykdytojas - VšĮ „Savarankiški vaikai“)

- Sukurta metodinė medžiaga kaip mokytojams dirbti su vaikais, turinčiais raidos sutrikimų. Viešai prieinama: <https://tinyurl.com/59sdrdt5>

Prevencinis projektas „Ankstyvosios raidos sutrikimų prevencijos priemonių ir pagalbos vaikams prieinamumo didinimas ir plėtra“ (vykdytojas - VšĮ „Abromiškių reabilitacijos ligoninė“)

- Parengta video medžiaga, kurią sudaro trys dalys praktinių mokymų po 7 min, pritaikyta tėvams/globėjams darbui su vaikais namų sąlygomis.
- Parengta atmintinė tėvams/globėjams „Pagrindiniai reabilitacijos ir pagalbos taikymo būdai vaikams, turintiems raidos sutrikimų, kasdieninėje veikloje“
- Dėl parengtų produktų gavimo kreiptis [info@abromiskes.lt](mailto:info@abromiskes.lt)

## Prevenciniai projektai sveikos gyvensenos skatinimo srityje: rezultatų apžvalga

Sveikos gyvensenos skatinimo srities 2022 m. Fondo finansuotais projektais prisidėta prie vaikų sveikatai palankios elgsenos formavimo, pokovidinio sindromo simptomų mažinimo, vaikų su specialiaisiais poreikiais lytiškumo ugdymo, onkologinėmis ligomis sergančių, negalią turinčių vaikų fizinės ir psichikos sveikatos stiprinimo pasitelkiant alternatyviosios ir papildomosios medicinos paslaugas.

### Vaikų sveikatinimas

Projektų metu siekta visapusiško vaikų sveikatinimo, daug dėmesio skiriant fizinio aktyvumo skatinimui, sveikos gyvensenos įpročių ugdymui, emocinės sveikatos stiprinimui. Taip buvo prisidedama prie žemo fizinio aktyvumo, nereguliarios ir nepalankios mitybos, nutukimo, žemos psichologinės gerovės, vienišumo – pagrindinių Lietuvos vaikų sveikatos iššūkių, kuriuos dar ir itin paaštrino dvejus metus trukusi COVID-19 pandemija – sprendimo. Vykdyti projektai pasižymėjo holistiniu požiūriu į vaikų sveikatą. Siekta bendro sveikatos raštingumo didėjimo bei sveikos gyvensenos įgūdžių gerėjimo suteikiant žinių apie įvairius sveikatos rizikos veiksnius ir jų poveikį fizinei ir psichikos sveikatai. Itin pažeidžiamų vaikų (sergančių onkologinėmis ligomis, turinčių negalią) psychosocialinė būklė buvo gerinama taikant hipoterapijos ir kaniterapijos metodus. Detalesni projektų rezultatai pristatomi žemiau pateikiamuose pavyzdžiuose.

**Prevencinis projektas „Stiprių vaikų klubas“** (vykdytojas – Lietuvos vaikų vėžio asociacija „Paguoda“)

*Rezultatai:* Atliktos apklausos rodo, kad 96 proc. vaikų sergančių onkologinėmis ligomis ir 100 proc. šių vaikų tėvų ir ar globėjų jautė pagerėjusią psichologinę ir fizinę būklę bei teigiamą terapijų, asistuojant gyvūnams poveikį. Kaniterapijos ir hipoterapijos užsiėmimų metu vaikams mažėjo baimė, gerėjo fizinė savijauta, mažėjo emocinis stresas, didėjo socializacija, suteikiama tam tikra paguoda, buvo užmirštama liga.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/9f2mkvjx>

**Prevenčinis projektas „Judėjimo negalią ir sutrikimų turinčių vaikų fizinės ir psichosocialinės būklės gerinimas taikant hipoterapijos ir kaniterapijos metodus“** (vykdytojas – Paramos ir labdaros fondas „Mamų unija“)

*Rezultatai:* Projekto kokybiniai rezultatai rodo, kad hipoterapijos ir kaniterapijos užsiėmimų metu buvo pagerinta judėjimo sutrikimų turinčių vaikų fizinė sveikata (pagerinta pusiausvyra, sustiprinti raumenys, pagerintas judesių planavimas ir sumažinta spastika) bei psichosocialinė sveikata (uždari vaikai išmoko bendrauti nesavanaudiškame santykiuje, maloniai leisti laiką, atsipalaiduoti, nuimti raumenų įtampą, išmoko padėkoti, paprašyti gyvūnų su juo pasisveikinti ir atsisveikinti, paskatino vaikų socializacijos įgūdžius).

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/2p8bz5zt>

**Prevenčinis projektas „Sveikatingumo ugdymo paslaugų šeimoms, kuriose yra vaikai su atsvoriu ar nutukimu, prieinamumo didinimas Lietuvoje“** (vykdytojas – Lietuvos atsvoerio ir nutukimo prevencijos asociacija „Lobesity“)

*Rezultatai:* Projekte dalyvavę vaikai ir jų tėvai įgijo įgūdžių, kurių pagalba vyko sistemingas sveikatos elgsenos pokytis. Dalyvių mityba ir fizinis aktyvumas atitiko pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) rekomenduojamas normas. Vaikai išmoko įveikti stresą, gavo tęstinį palaikymą siekiant gyvensenos pokyčių. Tėvai savo ruožtu išmoko teikti tinkamą emocinę pagalbą vaikų pokyčių tęstinumui užtikrinti. Pasibaigus programai dalyviai vidutiniškai neteko 3.5% kūno masės, liemens apimtį vidutiniškai sumažino 6.78 cm, klubų apimtis sumažino 5.00 cm. Dalyvių (vaikų ir jaunimo) savo maitinimosi ir fizinio aktyvumo įgūdžių vertinimas po dalyvavimo siekė 90 balų iš (pokytis +48 balai). Dalyvių tėvų (mamų) savo vaikų maitinimosi ir fizinio aktyvumo įgūdžių vertinimas po dalyvavimo programoje irgi siekė 90 balų iš 100 (pokytis +43 balai). Projekto metu įvykę pokyčiai pagerino šeimų gyvenimo kokybę, vaikų socialinę įtrauktį ir galimybes įgyvendinti savo tikslus dėl sumažėjusių patyčių, dėl padidėjusio pasitikėjimo savimi, dėl išaugusio fizinio pajėgumo.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/9f2mkvjx>

**Prevenčinis projektas „Sveikatos stiprinimo programa jaunimui“** (vykdytojas – VšĮ Mindify)

*Rezultatai:* Projekte dalyvavusių dalyvių (merginų ir vaikinų) maitinimosi įgūdžių vertinimas po dalyvavimo 80 balai iš 100 (pokytis +41 balai). Dalyvių tėvų (globėjų) gyvenimo kokybė 82 balai iš 100 (pokytis +43 balai). Jaunuolių savivertės vertinimas po dalyvavimo programoje siekė 87 balus iš 100 (pokytis +32 balai).

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/6yzutptk>

## Lytiškumo ugdymas

Dėmesio skirta ir vaikų su specialiaisiais poreikiais lytiškumo ugdymo kokybei. Projekto „Lytiškumo ugdymo autistiškiems vaikams modelio sukūrimas ir diegimas“ (vykdytojas – Asociacija „Lietaus vaikai“) metu buvo paruošta metodinė lytiškumo ugdymo medžiaga

(ji artimiausiu metu bus patalpinta <http://vilniauslietausvaikai.lt/>), ja naudotis apmokyti beveik 200 tėvų ir specialistų, pagal metodiką užsiėmimai praversti beveik 70 vaikų. Projekto rezultatai rodo, kad 97 proc. mokymų dalyvių įvertino mokymo programą gerai ir labai gerai. 94 proc. rekomenduotų kitiems, beveik pusė (47,1 proc.) teigė gavę atsakymus į visus klausimus lytiškumo ugdymo tema, o pusė (50 proc.) – atsakymus gavo iš dalies. Tad galima teigti, kad pusė projekte dalyvavusių tėvų po mokymų tapo visiškai pasiruošę atsakyti ir susidurti su autistiškų vaikų lytiškumo ugdymo iššūkiais, o kiti – pasiruošę iš dalies<sup>4</sup>. Šis autizmo spektro sutrikimą (ASS) turinčių lytiškumo ugdymo modelis, mokymų ir informacijos pateikimo ASS vaikams metodikos pavidalu galės būti taikomas Lietuvos mokyklose, kuriose yra ugdomi ASS turintys vaikai. Tikėtina, kad sukurtas produktas bus tinkamas ir kitų proto ir psichikos negalių vaikų lytiniam švietimui, todėl jo nauda bus didesnė nei tik ASS vaikams ir jaunuoliams.

### *Pokovidinio sindromo mažinimas*

2020 m. prasidėjusi ir kelis metus besitęsusi COVID-19 pandemija lėmė gausius susirgimus koronaviruso infekcija. Nemaža dalis prasirgusiųjų (PSO duomenimis apie 10–20 proc.) susidūrė su pokovidiniu sindromu – ilgalaikiais liekamaisiais reiškiniais sveikatai: ap sunkintu kvėpavimu, nuovargiu, nerimu, atminties sutrikimais, skonio ir uoslės praradimu, krūtinės ir raumenų skausmais. Siekiant padėti visuomenės nariams įveikti pokovidinį sindromą, 2022 m. Fondo lėšomis buvo finansuoti trys projektai, jų pagrindinę tikslinę grupę sudarė 30-64 m. asmenys. Projektų metu buvo parengtos ir išbandytos fizinio aktyvumo programos pokovidiniam sindromui skirtingoms amžiaus

---

<sup>4</sup> Plačiau: <https://tinyurl.com/2dr56zti>

grupėms (vaikams, darbingo amžiaus asmenis ir senatvės pensijos amžiaus sulaukusiems asmenims) lengvinti ir vedami užsėmimai; suorganizuota stovykla, teikiamos konsultacijos, vedamos paskaitos.

Projektų rezultatai rodo, kad įgyvendintos veiklos buvo naudingos ir prisidėjo prie pokovidinio sindromo simptomų palengvinimo. Dalyviai įgijo įgūdžių ir žinių, kaip palengvinti jaučiamus pokovidinio sindromo simptomus pasitelkiant fizinius, atmintį ir koncentraciją gerinančius pratimus. Detalesni projektų rezultatai pristatomi žemiau pateikiamuose pavyzdžiuose.

**Prevencinis projektas „GYVENTI GERA. Sveikatingumo programa, skirta sveikatos stiprinimui ir fizinio aktyvumo didinimui, COVID-19 ligos prevencijai ir sukeltoms pasekmėms mažinti“** (vykdytojas - VšĮ Respublikinė jūros mokykla)

*Rezultatai:* Po užsiėmimų 87 proc. dalyvių teigė, kad po užsiėmimo pagerėjo jų fizinė sveikata, o svarbiausia sumažėjo nuovargis (68 proc.), pagerėjo dėmesio koncentracija (58 proc.), ir atmintis (30 proc.). Net 77 proc. dalyvių pažymėjo, kad jiems tapo lengviau susikaupti, o vienas iš trijų (29 proc.) teigė, kad sumažėjo sąnarių skausmas. Stovyklos dalyviai teigė, jog stovyklos metu pagerino savo fizinę būklę (63 proc.), išgirdo naudingos informacijos (57 proc.) ir išbandė įvairių pratimų, kuriuos planuoja tęsti namuose (45proc).

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/w4a3u8kf>

**Prevencinis projektas „Interaktyvus sportas namuose- pokovidinio sindromo simptomams lengvinti“** (vykdytojas – VšĮ Švietimo pagalbos projektai)

*Rezultatai:* Sustiprėjo dalyvių motyvacija didinti savo fizinį aktyvumą, reguliariai sportuoti naudojant interaktyvią fizinių pratimų programą, skirtą pokovidinio sindromo simptomams lengvinti; pagerėjo gyventojų, dalyvavusių programoje, fizinė ir psichologinė būklė. Gerėjo visuomenės (gyventojų, specialistų) informuotumas dėl galimų fizinio aktyvumo skatinimo priemonių pokovidinio sindromo simptomų lengvinimui taikymo.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/2p8w5vw4>

---

## Prevenciniai projektai psichikos sveikatos stiprinimo srityje: rezultatų apžvalga

Psichikos sveikatos stiprinimo srities 2022 m. Fondo finansuotais projektais prisidėta prie specialistų kompetencijų apie probleminio interneto bei kitų skaitmeninių technologijų naudojimo keliamus iššūkius ir jų įveiką stiprinimo; vaikų, suaugusiųjų, senjorų psichologinio atsparumo bei socialinių-emocinių kompetencijų didinimo pasitelkiant kultūros ir meno intervencijas, specialistų ir tėvų kompetencijų, kaip padėti raidos sutrikimų turintiems vaikams, didinimo bei psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijai ir žalos mažinimo paslaugų teikimui pasilinksminimo vietose.

### Psichologinio atsparumo didinimas

2022–2030 m. plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programoje<sup>5</sup>, visuomenės narių psichologinio atsparumo stoka įvardijama kaip svarbi priežastis, kodėl Lietuvos gyventojų psichikos sveikata yra prasta. Paplitusi rizikinga elgsena (alkoholio, kitų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas) ir išliekantis vienas iš aukščiausių ES savižudybių skaičius šalyje rodo, jog visuomenės nariams trūksta gebėjimų ir kompetencijų, kaip tinkamai ir konstruktyviai spręsti kylančius sunkumus, kaip padėti kitam.

Siekiant prisidėti prie šių iššūkių sprendimo, Fondo 2022 m. lėšomis buvo finansuoti 9 projektai, kurių metu pasitelkiant meną, kurio nauda sveikatai yra plačiai pripažįstama

---

<sup>5</sup> Patvirtinta Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2022 m. sausio 26 d. nutarimu Nr. 66 „Dėl 2022–2030 m. plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programos patvirtinimo“

Europos komisijos, Pasaulio sveikatos organizacijos bei įrodyta moksliniais tyrimais<sup>6</sup>, buvo didinamas dalyvių psichologinis atsparumas bei stiprinamos socialinės emocinės kompetencijos. Į projektus buvo įtrauktos įvairios visuomenės grupės – mokiniai, mokytojai, jaunimas, kiti suaugusieji ir vyresnio mažiaus asmenys.

Projektų rezultatai rodo, kad įgyvendintos veiklos buvo naudingos ir turėjo teigiamą poveikį dalyviams. MO muziejaus vykdyto projekto metu tai netgi buvo patvirtinta statistiškai reikšmingai<sup>7</sup>. Dalyviai ėmė gebėti geriau atpažinti emocijas savo kūne, didėjo emocinis raštingumas, pasitikėjimas savimi. Taip pat įgyta streso, konfliktų valdymo, kitų psichikos sveikatos rizikos veiksnių įveikos įgūdžių. Detalesni projektų rezultatai pristatomi žemiau pateikiamuose pavyzdžiuose.

**Prevencinis projektas „Moksleivių emocinio raštingumo gerinimas pasitelkiant meno intervencijas“** (vykdytojas - VšĮ MO muziejus)

*Rezultatai:* Po vos keturių edukacijų, moksleivių emocinis raštingumas, matuojamas EAQ (angl. *Emotion awareness questionnaire*) skale, pagerėjo. Mokinių gebėjimas atpažinti emocijas savo kūne statistiškai reikšmingai pagerėjo. Išaugęs gebėjimas pasirinkti kokias emocijas reikšti, ar ir kada tai daryti gali būti išaugusios emocijų reguliacijos ženklas. Pastebėtas polinkis į geresnes socialines kompetencijas tarp visų klasių, ypač pasireiškęs moksleivių padidėjusiu gebėjimu ir noru siūlyti pagalbą kitiems.

Daugiau nei trys ketvirtadaliai tyrime dalyvavusių mokinių palankiai vertino edukacijas nepriklausomai nuo mokinių lyties, klasės ir gyvenamosios vietos, nors berniukai, jaunesnių klasių bei Vilniaus rajone gyvenantys mokiniai buvo linkę palankiau vertinti MO edukacijas.

Didžiausią įspūdį edukacijų metu mokiniams paliko įtraukios meno edukacijos MO muziejaus erdvėje, komandinis darbas bei gilesnė meno pažinimo galimybė. Mokiniai išskyrė, jog meno intervencijų metu jie pagerino savo emocijų raštingumo (emocijų pažinimo ir raiškos) įgūdžius

Plačiau: <https://tinyurl.com/mt9u2d8k>

<sup>6</sup><https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553>;

[https://www.cultureforhealth.eu/app/uploads/2023/02/Final\\_C4H\\_FullReport\\_small.pdf](https://www.cultureforhealth.eu/app/uploads/2023/02/Final_C4H_FullReport_small.pdf)

<sup>7</sup> Nuoroda į atliktą tyrimą: <https://mo.lt/wp-content/uploads/2022/11/MO-x-INA-Emocinio-rastingumo-tyrimo-analize-2022.pdf>

**Prevenčinis projektas „Panevėžio regiono viešųjų bibliotekų darbuotojų psichologinio atsparumo įgūdžių ir socialinių-emocinių kompetencijų stiprinimas pasitelkiant kultūros ir meno intervencijas“** (vykdytojas - Panevėžio apskrities Gabrielės Petkevičaitės-Bitės viešoji biblioteka)

*Rezultatai:* Atlikus mokymų kokybės analizę, sulaukta labai gerų projekto dalyvių atsiliepimų ir vertinimų. Dalyviai buvo prašyti įvertinti mokymų kokybę ir žinių pritaikomumą praktikoje 10 balų skalėje, kur 10- puikiai, o 1 – labai blogai. Rezultatai rodo, kad dėmesingu įsisąmoninimu grįsto streso valdymo (MBSR) metodikos lektorės Linos Bagdonavičienės mokymų programą 92 proc. dalyvių įvertino aukščiausiais balais (skyrė 10 arba 9), 71 proc. įvertino gautų žinių pritaikomumą praktikoje aukščiausiais balais (skyrė 10 arba 9). Vizualinio mąstymo strategijos mokymų lektorių programą aukščiausiais balais įvertino 85 proc. dalyvių (skyrė 10 arba 9), 64 proc. įvertino gautų žinių pritaikomumą praktikoje aukščiausiais balais (skyrė 10 arba 9).

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/24pdxz4d>

**Prevenčinis projektas „Asmenų nuo 55 metų geros savijautos programa per meną ir judesį“** (vykdytojas – Kauno kultūros centras)

*Rezultatai:* Atlikta projekto dalyvių apklausa parodė kokios psichologinės būsenos dalyviai atvyko į projektą ir kaip pagerėjo jų psichologinė būsena po projekto. Apklausos rezultatai rodo, jog po projekto gerokai daugiau dalyvių pasirinko aukščiausius balus vertindami šiuos teiginius:

„Jūsų sveikata per pastaruosius tris mėnesius“ – tikslas nustatyti bendrą sveikatos (fizinės ir emocinės) lygį: aukščiausio balo pasirinkimas prieš veiklas 10.71 proc. po veiklų 30 proc.

„Kokia yra Jūsų fizinė sveikata per pastaruosius tris mėnesius“ – tikslas nustatyti fizinį sveikatos lygį: aukščiausio balo pasirinkimas prieš veiklas 10.71 proc., po veiklų 33.3proc. (lentelė nr.2)

„Kokia Jūsų psichinė arba (ir) emocinė sveikata per pastaruosius tris mėnesius“ – tikslas nustatyti emocinį sveikatos lygį: aukščiausio balo pasirinkimas prieš veiklas 12.50 proc., po veiklų 33.3 proc.

„Kokia Jūsų miego kokybė per pastaruosius tris mėnesius“ – aukščiausio balo pasirinkimas prieš veiklas 8.93 proc. po veiklų 33.3 proc.

„Koks jūsų socialinis gyvenimas (kaip draugų, giminių lankymas) per pastaruosius tris mėnesius“ – tikslas nustatyti ar veiklos skatina geresnę nuotaiką, norą bendrauti: aukščiausio balo pasirinkimas prieš veiklas 25 proc., po veiklų 53.33 proc.

Taip pat apklausa buvo siekiama nustatyti ar po projekto lankytojų veiklų įgijo papildomų meno, fizinio aktyvumo ir psichologinių žinių. Apklaustų dalyvių vertinimu iš meno ir fizinio aktyvumo veiklų įgijo naujų žinių 100 proc. dalyvių, o psichologinių – 85.20 proc. dalyvių. Bendras visų klausimų vidurkis – 95.06 proc.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/5xxnwbm5>

### Probleminio interneto vartojimo prevencija

Probleminio interneto naudojimas (PIN) pastaraisiais metais tampa vis aktualesne visuomenės sveikatos problema pasaulyje dėl savo žalingo poveikio fizinei ir psichikos sveikatai. PIN mąstai ypač didėja tarp vaikų ir paauglių, todėl siekiant išvengti PIN neigiamo poveikio besiformuojančiai asmenybei, svarbu laiku gebėti atpažinti PIN

požymius, žinoti kaip padėti bei kokių prevencinių ir intervencinių veiksmų būtų galima imtis. Siekiant šio tikslo, Fondo 2022 m. lėšomis finansuoti 5 projektai šia tema, juose pagrindinis dėmesys skirtas su mokiniais ir jaunimu dirbančių specialistų bei vaikų ir jaunuolių tėvų kompetencijoms PIN srityje didinimui.

Projektų rezultatai rodo, kad įgyvendintos veiklos buvo naudingos ir padėjo dalyviams geriau suprasti PIN priežastis, pasekmes bei pagalbos metodus. Detalesni projektų rezultatai pristatomi žemiau pateikiamuose pavyzdžiuose.

**Preveninis projektas „Probleminio interneto ir kitų skaitmeninių technologijų naudojimo iššūkiai psichikos sveikatai: į pagalbą specialistui“ (vykdytojas - Skaitmeninės etikos centras)**

*Rezultatai:* Mokymų dalyvių žios PIN tema subjektyviu vertinimu padidėjo nuo 5.7 iki 8.4 balų (10 balų skalėje). Mokymų dalyviai tikimybę, kad tokius mokymus, kokiuose sudalyvavo, rekomenduotų kolegoms, vertina 9.4 balo 10-ties balų skalėje. Mokymų aktualumą bei kokybę rodo ir gerokai didesni nei planuota mokymų dalyvių skaičiai (juose sudalyvavo 128 asmenys, nors planuota 80). Sukurtas skaitmeninis sprendimas ir adaptuota metodinė medžiaga, kuri pateikta svetainėje [www.e-etika.lt](http://www.e-etika.lt) skiltyje „Pagalba specialistui“ irgi sulaukė itin daug dėmesio: svetainės lankomumas stebimuoju periodu buvo 3000 (planuota: 1000).

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/yvezyze3>

**Preveninis projektas „Probleminio interneto naudojimo prevencijos programa Gyvenu Gyvai“ (vykdytojas – Socialinių projektų institutas)**

*Rezultatai:* Apklausos po mokymų metu 94,6 proc. dalyvių nurodė, kad mokymai labai atitiko jų lūkesčius, 97,3 proc. manė, kad mokymai padėjo geriau suprasti PIN, jo priežastis, pasekmes ir galimus pagalbos būdus, 91,9 išreiškė lūkestį, kad įgytos žinios bus naudingos profesinėje veikloje, o 73 proc. nurodė, kad įgytas žinias ir metodikas jau taikė profesinėje veikloje arba asmeninėje aplinkoje.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/3xpxyp2>

## Pagalba vaikų, turinčių raidos sutrikimų, tėvams ir globėjams bei specialistams

Siekiant padėti įgyvendinti Švietimo įstatymo Nr. I-1489 5 straipsnio 5 punktą („<...> švietimo sistema sudaro sąlygas kiekvienam asmeniui ugdytis, plėtoti savo galias ir gebėjimus, gauti reikiamą pagalbą, patirti sėkmę mokantis, socialinėje, kultūrinėje ir (ar) kitose veiklose ir būti nediskriminuojamam dėl ugdymosi poreikių įvairovės ir (ar) švietimo pagalbos reikmės“) ir padėti pasirengti 14 straipsnio 7 dalies įgyvendinimui („mokinių, turinčių specialiųjų ugdymosi poreikių, ugdymą įgyvendina visos privalomąjį ir visuotinį švietimą teikiančios mokyklos, kiti švietimo teikėjai <...>“) bei didinti kokybiškų paslaugų prieinamumą vaikams su raidos sutrikimais, Fondo lėšomis 2022 m. buvo finansuoti keturi projektai. Jų metu didelis dėmesys skirtas specialistų ir tėvų žinių bei kompetencijų didinimui kaip padėti vaikams, turintiems raidos sutrikimų.

Projektų rezultatai rodo, kad dalyviai – tėvai ir specialistai – projektų metu įgijo trūkstamų metodinių žinių ir praktinių gebėjimų kaip padėti įvairiapusių raidos sutrikimų turintiems vaikams. Dėl to gerėjo kasdienis vaiko ugdymas ir priežiūra, stiprėjo vaikų socialiniai, pažintiniai ir savarankiškumo gebėjimai bei ir visos šeimos gyvenimo kokybė. Detalesni projektų rezultatai pristatomi žemiau pateikiamuose pavyzdžiuose.

**Prevencinis projektas „Jonavos, Utenos, Kupiškio rajonų savivaldybių bendrojo ugdymo įstaigų specialistų ruošimas, vaikų su specialiaisiais poreikiais integracijai į bendrojo ugdymo mokyklas“ (vykdytojas – VšĮ „Savarankiški vaikai“)**

*Rezultatai:* Projekto metu vykdytos anketinės apklausos savęs įsivertinimui prieš mokymus, o po paskaitų išdėstymo – žinių patikrinimo ir žinių pritaikomumo anketos. Atlikus statistinę duomenų analizę matyti, kad prieš mokymus 9 proc. dalyvių sakė, jog geba atpažinti ir padėti vaikams, kurie turi raidos sutrikimus. Po mokymų šis rodiklis siekė 78 proc. Taip pat 98 proc. dalyvių mokymus vertino, kaip naudingus ir pagilinusius jų žinias. Paklausus apie informacijos panaudojimą savo darbinėje veikloje, 90,5 proc. dalyvių teigė, jog galės panaudoti įgytas teorines ir praktines žinias savo darbe. 88 proc. dalyvių išsakė tęstinių mokymų poreikį.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/2atnznpm>

**Prevenčinis projektas „Efektyvių pagalbos metodų taikymas vaikams, turintiems raidos sutrikimų. Tėvų ir specialistų kompetencijų tobulinimas“** (vykdytojas – Asociacija „Kitoks vaikas“)

*Rezultatai:*

- Pagerintos trijų sričių (socialinių paslaugų, švietimo ir sveikatos) specialistų žinios ir kompetencijos taikyti efektyvius pagalbos metodus dirbant su vaikais, turinčiais raidos sutrikimų.
- Išbandytas efektyvios metodinės pagalbos ikimokyklinio ugdymo įstaigoje modelis, kuris gali būti pritaikomas ir kitose ugdymo įstaigose šalies mastu.
- Pagerintos ugdymo įstaigos specialistų kompetencijos ir gebėjimai dirbti su vaikais, turinčiais raidos sutrikimų, pritaikyta įstaigos fizinė aplinka. Gerėjo paslaugų prieinamumas ir kokybė sveikatos priežiūros įstaigose teikiant ankstyvosios reabilitacijos paslaugas vaikams, turintiems raidos sutrikimų.
- Gerėjo paslaugų kokybė socialinių paslaugų ir globos įstaigose, kuriose teikiama priežiūra vaikams, turintiems raidos sutrikimų.
- Kurtos palankesnės sąlygos ugdymo įstaigose kuriant įtraukią ugdymo aplinką.
- Ugdyta tolerancija psichosocialinę negalią turinčių asmenų atžvilgiu įstaigų, bendruomenių bei visuomenės lygmenimis.

Plačiau: <https://tinyurl.com/2s4fse8e>

*Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencija ir žalos mažinimo paslaugos pasilinksminimo vietose*

Dar 2 Fondo projektai buvo skirti tam, kad pasilinksminimo vietose, kuriose, kaip rodo Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamento parengta 2021 m. ataskaita, beveik kas antras asmuo (47,9 proc.) vartoja psichoaktyvias medžiagas<sup>8</sup>, būtų vykdoma psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją bei teikiamos žalos mažinimo paslaugos.

Projektų apimčių rezultatai rodo didelį susidomėjimą šia tema, o pasirinktos projekto veiklos formos ir būdai – priimtinumą dalyviams. Tai atspindi pateiktas pavyzdys.

---

<sup>8</sup> Festivalių metu

**Prevencinis projektas** „Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos ir žalos mažinimo paslaugos pasilinksminimo vietose: lankytojų informavimas/švietimas ir specialistų, dirbančių su šia tiksline grupe, mokymai“ (vykdytojas – Koalicija „Galiu gyventi“)

*Rezultatai:* Edukuoti ir informuoti žalos mažinimo pagalbą gavę festivalių lankytojai (4 100 asmenų). Blaivumas patikrintas ir informacija suteikta 1 717 asmenų. Greitieji ŽIV testai atlikti ir informacija suteikta 543 asmenų. Išdalyta 5 100 prezervatyvų, 135 asmenys sudalyvavo diskusijose. Taip pat buvo apmokyti 54 barų/ naktinių klubų darbuotojai bei 146 policijos pareigūnai, dirbantys pasilinksminimo vietose.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/36p5w9ub>

## Socialinės informacinės kampanijos

2022 m. Fondo lėšomis finansuotos dvi socialinės kampanijos:

- Tęstinė socialinė informacinė kampanija „Rinkis gyvenimą“ (vyko per lauko reklamą, regioninę spaudą, viešąjį transportą, specializuotą žiniasklaidą, regionines ir nacionalines radijo stotis bei spaudą, regionines, kabelines ir nacionalines televizijas bei internetinius portalus);
- Psichikos sveikatos puoselėjimo kampanija (vyko per lauko stendus, internetinius portalus bei socialinius tinklus).

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

## Socialinė informacinė kampanija „Rinkis gyvenimą“: rezultatų apžvalga

Tęstinė socialinė informacinė kampanija „Rinkis gyvenimą“ yra įgyvendinama Lietuvos žiniasklaidoje ir viešosiose erdvėse. Ji unikali tuo, jog jau ne vienerius metu apjungia įprastai konkuruojančius žiniasklaidos kanalus bendram tikslui, tad vieninga kampanija bei jos žinutės matomos itin plačiai, pasiekia iš esmės visą Lietuvos visuomenę. Jos metu įvairiais žiniasklaidos kanalais skelbiama informacija, skatinanti sveikesnius pasirinkimus įvairiose srityse – nuo mitybos iki žalingų įpročių atsisakymo, psichikos sveikatos bei sveikos gyvensenos.



2022 m. socialinės kampanijos „Rinkis gyvenimą“ metu siekta:

1. Informuoti visuomenę apie mokslo įrodymais grįstą COVID-19 situacijos valdymą šalyje, viruso plitimo prevenciją, vakcinacijos svarbą, teikiamas sveikatos priežiūros paslaugas koronaviruso infekcijai gydyti;
2. Didinti visuomenės žinias apie emocinės ir psichologinės pagalbos galimybes Lietuvoje susidūrus su psichikos sveikatos sunkumais ar savižudybės grėsme;
3. Didinti informuotumą apie alkoholio, rūkymo, azartinių lošimų ir kitų priklausomybių žalą jauno asmens asmeniniam ir socialiniam gyvenimui, sveikatai;
4. Didinti 45+ amžiaus asmenų informuotumą apie atsakingą antibiotikų bei kitų vaistų vartojimą;
5. Padėti Lietuvos gyventojams atpažinti ir tinkamai vertinti nepatikimą su sveikata susijusią informaciją (dezinformaciją, moksliniais įrodymais nepagrįstus teiginius, mitus apie skiepus ir pan.), skatinti pasitikėjimą medicina bei skatinti reguliariai tikrintis sveikatą ir dalyvauti ligų prevencijos programose.

Socialinės kampanijos „Rinkis gyvenimą“ projektų rezultatai rodo didelį auditorijos pasiekiamumą. Dažnai planuoti rodikliai buvo viršyti. Pavyzdžiui, vykdant socialinę kampaniją „Rinkis gyvenimą“ internetiniuose portaluose, socialinės reklamos skydeliai vietoje planuotų 65 mln., buvo parodyti 78,6 mln. kartų ir sulaukė 86 390 paspaudimų, o bendras parengtų 81 turinio vienetų (straipsnių, interviu, vaizdo reportažų ir kt.) skaitomumas siekė 2.200.620, nors buvo planuota jog jos sulauks 400-500 tūkst. (Projektas „Rinkis gyvenimą kampanija nacionaliniuose interneto portaluose“, vykdytojas – UAB CoAgency). Tai rodo didelį tokių temų aktualumą ir poreikį visuomenei. Detalesni rezultatai pristatomi žemiau pateiktuose pavyzdžiuose.

**Projektas „Sveikata – brangiausias mūsų turtas“** (vykdytojas – UAB „Santarvės laikraštis“)  
Kanalas – regioninė spauda

*Veiklos:* Projektas vykdytas 50 šalies periodinių leidinių – regioniniuose ir vietos laikraščiuose. Siekiant projekto tikslų, parengtas ir konsorciumo dalyvių paskelbtas 18 originalių straipsnių projekto „Sveikata – brangiausias mūsų turtas“ ciklas. Pusė temų skirta sveikai gyvensenai bei psichikos sveikatai stiprinti, o dar pusė – informuotumui apie COVID-19 didinti. Siekiant patraukti tikslinių grupių dėmesį, naudoti sudominantys originalių straipsnių pavadinimai, įdomiai, aiškiai ir suprantamai pateikta aktuali informacija, pateiktos anksčiau nepublikuotos asmeninės istorijos su akį traukiančiomis asociatyviomis straipsnių nuotraukomis.

*Rezultatai:* Minimalus vieno straipsnio auditorijos vidurkis siekė 162 656 asmenis skaičiuojant spausdintų leidinių tiražus ir 2 780 608 skaitytojus skaičiuojant leidinių tinklalapių unikalių lankytojų kiekį. Projekto metu vykdytos informacijos sklaidos apimtys siekia 3,09 mln. skaitytojų.

Siekiant įvertinti projekto pasiekimo rodiklius, buvo atliktas regioninės auditorijos tikslinių grupių įsitraukimo tyrimas. Jo rezultatai rodo, kad kokybiškos žurnalistikos publikacijos pasiekė didžiąją dalį auditorijos, kuri teigiamai įvertino pateiktos informacijos tikslumą, aiškumą ir žurnalistinio darbo profesionalumą ir nurodė tokių žinių poreikį. Nustatyta, kad 89 proc. respondentų įvairiomis medijų formomis buvo susipažinę su projektu „Sveikata – brangiausias mūsų turtas“. 68 proc. apklausos dalyvių nurodė, kad informaciją apie projektą (projekto publikacijas) gavo skaitydami spaudą (periodinius leidinius); 32 proc. – iš interneto svetainių, o 54 proc. nurodė, kad projekto publikacijas skaitė (matė) ir spaudoje, ir interneto svetainėse. Pasakytina, kad, atsakydami į uždarus anketos klausimus, 96 proc. respondentų nurodė, kad publikacijose pateikta informacija buvo tiksli ir aiški, likusieji 4 proc. šiuo klausimu neturėjo nuomonės. 92 proc. apklausos dalyvių mano, kad publikacijos sveikatos temomis jiems buvo naudingos ir jie pasinaudojo pateikta informacija bei patarimais. 90 proc. respondentų panašaus pobūdžio publikacijos juos domintų ir ateityje.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/5xxnwbm5>

**Projektas „Socialinė kampanija „Rinkis gyvenimą“ regioninėse radijo stotyse“ (vykdytojas – UAB „MVP sprendimai“)**

Kanalas: regioninės radijo stotys

*Veiklos:* Sukurti du klipai COVID-19 tema (2000 transliacijų 18-oje radijo stočių) ir 4 klipai alkoholio prevencijai, narkotikų prevencijai ir rūkymo prevencijai (2000 transliacijų 18-oje radijo stočių). Klipams pasitelkti žinomi žmonės: Vytautas Rumšas, Gabrielius Liaudanskas (Svaras), Ieva Zasimauskaitė, Vlada Musvydaitė, Gelminė Glemžaitė, Samas Urbonavičius.

*Rezultatai:* Projektu pasiekta 650 244 klausytojų auditorija (rodiklis apskaičiuotas pagal paskutinių mėnesių radijo auditorijų tyrimus). Atliktas tyrimas prieš prasidedant projektui parodė, jog 76 proc. klausytojų žino apie pavojus, su kuriais galima susidurti nepasiskiepijus nuo COVID-19; 75 proc. žino apie priklausomybių žalą; ir tik 20 proc. žino kur kreiptis pagalbos susidūrus su psichikos sveikatos sunkumais. Kampanija siekta, kad po jo įgyvendinimo, 5 proc. padaugėtų žinančių apie vakcinavimo būtinumą ir naudą; 5 proc. padaugėtų žinančių apie alkoholio, tabako, narkotikų žalą; 5 proc. padaugėtų žinančių apie psichikos pagalbos galimybes Lietuvoje ([www.tuesi.lt](http://www.tuesi.lt), [www.pagalbasau.lt](http://www.pagalbasau.lt)). Atlikus tyrimą po projekto rezultatai buvo tokie: 78 proc. žino COVID-19 vakcinavimo naudą, iš kurių 54 proc. sutinka, kad vakcinos yra efektyviausia priemonė; 78 proc. žino apie alkoholio/ tabako/ narkotikų žalą sveikatai; 25 proc. žino bent vieną iš viešinamų svetainių apie psichikos sveikatos pagalbą ([www.pagalbasau.lt](http://www.pagalbasau.lt) arba [www.tuesi.lt](http://www.tuesi.lt)).

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/5xxnwbm5>

**Projektas „Socialinė kampanija -Rinkis gyvenimą“ (vykdytojas – UAB „Galimybių centras“)**

Kanalas – lauko reklama

*Veiklos:* Vaizdo siužetų ir plakatų kūrimas ir gamyba, transliacijos 222 ekranų prekybos centruose, daugiau nei 600 ekranų vaistinėse, 14 LED ekranų (Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose, Alytuje, Marijampolėje, Mažeikiuose ir Anykščiuose), 12 lauko stendų, iš kurių 3 magistraliniuose keliuose. Taip pat 300 iškabintų spausdintų plakatų mažose miestelių parduotuvėse.

*Rezultatai:* 5 proc. padidėjęs suaugusiųjų informuotumas apie COVID-19 prevenciją ir vakcinacijos svarbą; emocinės pagalbos galimybes Kiekybinis kampanijos rezultatas – apie 25 mln. kontaktų.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/37cbzcwc>

## **Psichikos sveikatos puoselėjimo komunikacijos kampanija**

Lietuvos visuomenės psichikos sveikatos raštingumas, apimantis asmens amžiui adekvačias žinias ir nuostatas apie psichikos sveikatą ir jos rizikos veiksnius, psichikos sveikatos sutrikimus ir jų prevenciją, atpažinimą ir valdymą, yra žemas. Visuomenės nariams trūksta gebėjimų atpažinti psichikos ir elgesio sutrikimų požymius, nepakanka žinių ir tinkamų nuostatų apie psichikos sveikatos rizikos veiksnius ir jų priežastis,

pagalbos sau ir kitiems būdus bei profesionalios pagalbos prieinamumą, kaip ir kur ieškoti informacijos apie psichikos sveikatą. Taip pat stinga palankaus požiūrio į rūpinimąsi psichikos sveikata, išlieka stigma į psichikos sveikatą.

Siekiant spręsti šiuos iššūkius, 2022 m. Fondo lėšomis pradėta finansuoti Psichikos sveikatos puoselėjimo kampanija. Ja siekta kompleksiškai ir nuosekliai, didinti visuomenės žinias, keisti jos nuostatas bei skatinti ugdyti įgūdžius, vykdant savižudybių prevencijos komunikaciją bei stiprinant psichikos sveikatos raštingumą ir mažinant psichikos ir elgesio sutrikimų stigmą dėl pagalbos sau ir kitam iškilus psichikos sunkumų, įskaitant kreipimąsi dėl specialistų pagalbos, gilinti psichikos sveikatos apsauginių ir rizikos veiksnių pažinimą ir gebėjimą pritaikyti įgytas žinias praktikoje. Savižudybių prevencijos komunikacijos temai buvo naudojamas „Tu esi“ prekės ženklas ir vizualinis identitetas, skirtas suteikti informacinę pagalbą asmenims, atsidūrusiems savižudybės krizėje ir jų artimiesiems, o psichikos sveikatos raštingumo didinimo komunikacijai – „Pagalba sau“ prekės ženklas ir vizualinis identitetas, skirtas suteikti patikimą informaciją apie psichikos sveikatą ir prieinamas pagalbos galimybes Lietuvoje.

Kaip ir socialinės informacinės kampanijos „Rinkis gyvenimą“ atveju, taip ir Psichikos sveikatos puoselėjimo kampanijos metu sulaukta didelio auditorijos susidomėjimo parengtu turiniu. Pavyzdžiui, internetiniuose portaluose 15min.lt ir Delfi.lt buvo sukurtos dvi rubrikos, kuriose buvo suorganizuotos organizuotos dvi vaizdo konferencijos. publikuoti 29 straipsniai. Planuota, jog šis turinys pasieks 140-180 tūkst. auditorijos, tačiau realiai su turiniu susipažino virš 500 tūkst. kartų (Projektas „„Man viskas OK (psichinės sveikatos turinio projektas interneto portaluose)“, vykdytojas – UAB

CoAgency). Lauko reklamos ir socialinių tinklų kampanijos rezultatai apžvelgiami pateiktame pavyzdyje žemiau.

**Projektai „Kartu iki mėnulio“** (vykdytojas – UAB „Nuostabu“)

Kanalas – lauko reklama, socialinių tinklų kampanija

*Veiklos:* Parengtas 10 s. reklamos vaizdo įrašas, jis transliuotas lauko reklamos ekranuose. Vykdyta statinė lauko reklamos stendų reklama. Sukurti ir publikuoti 48 įrašai bei 6 vaizdo klipai socialiniams tinklams.

*Rezultatai:* Lauko reklama rodyta 150 930 kartų, ją pamatė 145 42 292 kartų. Pasitelkiant 16 reklamos plotų kampanijos metu, pasiekta 1,4 mln. asmenų auditorija (skaičiuojama pagal gyventų skaičių reklamos plotų vietose/savivaldybėse). Socialinių tinklų įrašai pasiekė 720 388 Lietuvos gyventojų, Socialiniuose tinkluose publikuoti 6 vaizdo įrašai su žymiais Lietuvos žmonėmis pasiekė 405 440 vartotojų, socialinė reklama parodyta 928 529 kartus. Visa tai skatino visuomenę atkreipti dėmesį į psichikos sveikatą, rūpintis ja.

*Plačiau:* <https://tinyurl.com/k46dxe46> ir <https://tinyurl.com/ycktnzzy>

---

## FONDO TARYBOS NARIAI 2022 M.

1. **Gabrielė Andrašiūnienė**<sup>9</sup> – Lietuvos radijo ir televizijos asociacijos atstovė
2. **Gražina Belian** – Tarybos pirmininkė, Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamento atstovė
3. **Lina Bušinskaitė** – Interneto žiniasklaidos asociacijos atstovė
4. **Eglė Butkevičienė** – Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro patarėja
5. **Eglė Došenė** – Jaunimo reikalų departamento prie Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerijos direktoriaus vyriausioji patarėja
6. **Greta Gargasienė** – Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Užkrečiamųjų ligų valdymo skyriaus patarėja
7. **Ramunė Kalėdienė** – Nacionalinės sveikatos tarybos atstovė
8. **Audrius Klišonis** – Lietuvos savivaldybių asociacijos atstovas
9. **Kristina Košel-Patil** – Lietuvos autizmo asociacijos „Lietaus vaikai“ valdybos pirmininkė
10. **Rasytė Navickienė** – Nacionalinės rajonų ir miestų laikraščių leidėjų asociacijos atstovė
11. **Ignas Rubikas** – Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Visuomenės sveikatos departamento Psichikos sveikatos skyriaus vedėjas
12. **Audrius Ščeponavičius** – Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Visuomenės sveikatos departamento direktorius
13. **Kristina Vainienė** – Lietuvos neįgaliųjų draugijos atstovė
14. **Rolandas Zuoza** – Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos Sporto grupės vadovas

---

<sup>9</sup> Fondo tarybos narė nuo 2022 m. gruodžio mėn. Iki 2022 m. gruodžio mėn. Fondo tarybos nariu buvo Šarūnas Frolenko – Lietuvos radijo ir televizijos asociacijos atstovas.