

VISUOMENĖS SVEIKATOS PROGRAMOS VYKDYMO VEIKLOS ATASKAITA 2025 m.

Vykdamas visuomenės sveikatos remimo specialiąją programą, finansuojamą iš Biržų rajono savivaldybės lėšų, projektui „*Centro paslaugų gavėjų psichikos ir fizinio sveikatingumo stiprinimas bei sveiko senėjimo palaikymas*“ buvo gauta 1500,00 Eurų.

Tikslas – stiprinti senyvo amžiaus ir asmenų su negalia socializaciją ugdant sveiką gyvenseną ir skatinant aktyvų sportinį užimtumą.

Igyvendinti uždaviniai:

Projekto metu vykdomomis veiklomis buvo **suteikiama informacija apie sveiką mitybą ir sveikatai palankius mitybos įpročius**. Organizuotos 2 paskaitos su Biržų rajono visuomenės sveikatos biuro specialistais. Suteiktos žinios apie sporto naudą ir galimas nejudrumo pasekmes. 1 tikslinė grupė sutrikusio intelekto asmenys, 1 paskaita apie senėjimo procesus ir būdus, kaip užkirsti kelią senatvės ligoms skirta senyvo amžiaus SGN paslaugų gavėjams. Viso sudalyvavo 49 asmenys (39 paslaugų gavėjai, 10 darbuotojų).

Buvo siekiama turiningai ir tikslingai organizuoti sportines, sveikatinimo veiklas.

Centro patalpose vykdomas sportinis užimtumas su kineziterapeute kasdien, savarankiško gyvenimo namuose 2 k. į savaitę. Dalyvių skaičius 30.

Siekama atskleisti kiekvieno fizinius gebėjimus kuo įvairesnėse veiklose. Pagal belgų metodiką (Eric Bortels sukurta metodika įvairias negalias turintiems asmenims) centro specialistė vyko mokytis integruoto karate, dalyvauta treniruotėse „on-line“ ir tiesioginiu būdu, sudalyvauta varžybose Švedijoje. Įsigytos pagal šią metodiką rekomenduojamos priemonės, įtraukti nauji asmenys.

Siekiant plėtoti bendruomenės ryšius ir užtikrinti socialinę įtrauktį, bei kovoti su socialine izoliacija Biržų rajono sporto centro salėje suorganizuotas sveikatingumo renginys „*Sportuokim drauge*“.

Bendra sportinė veikla su Pasvalio paramos šeimai centro neįgaliaisiais, su įvairiomis neįgaliesiems pritaikytomis sportinėmis rungtimis. Tai pirmasis didesnės apimties renginys, kuomet varžėsi komandos iš skirtingų miestų, buvo skaičiuojami taškai, vyko vertinimas, apdovanojimai. Dalyvių skaičius 42 asmenys. Čia svarbiausia buvo ne laimėti, o sudalyvauti ir pasimėgauti procesu, pajusti bendrystę ir draugų palaikymą atliekant užduotis. Šis renginys kur kas daugiau nei tik apie vieną sportą – tai bendrystės, palaikymo, geros nuotaikos ir stiprybės šventė. Visa tai prisideda prie ne tik fizinės, bet ir psichinės sveikatos gerinimo, aktyvinimo. Darbuotojams ir rengėjams buvo puiki galimybė įsivertinti savo darbo rezultatus ir patikslinti siekiamybes.

Haloterapija – tai relaksacija druskų kambaryje, kvėpavimas druskomis prisodrintu oru, meditacija. Sudalyvavo 40 asmenų kiekvienas paslaugų gavėjas po vieną kartą arba pagal galimybes.

Išvykos į ekskursijas, edukacijas – Edukacija „Dvaro lauko žaidimai“, Edukacija „Sūrio kelias“.

Aplankytas Rokiškio miestas, krašto muziejus, parkas, rekreacinės vietos – 30 asmenų.

Boulingas – išvyka į sveikatingumo ir sporto klubą „Rožynas“ boulingo žaidimui, rungtyniavimui, sportavimui su savo artima aplinka. Dalyvavo 24 asmenys.

Karatė varžybos Vilniuje ir karate treniruotės ZOOM platformoje nuotoliu ir Pasvalio socialinės paramos centro salėje, išvyka į Vilniuje vykusį čempionatą. 2 centro jaunuoliai nuolat tobulina savo techninius įgūdžius vyksta į treniruotes Pasvalyje, 1 k. į savaitę sportuoja 8 asmenys ZOOM platformoje. Siekiama įvairinti veiklas, aktyviai prisidedant prie integruoto karatė bendruomenės stiprinimo, savo fiziniu aktyvumu ir pavyzdžiu skatina užsiimti kitus turinčius negalias asmenis.

Nuolat buvo organizuojamos socialinės veiklos ir skatinami grupiniai užsiėmimai. Dalyvavimas socialinėse veiklose, meno terapijos veiklose, edukacijose užsiėmimai su kitais asmenimis įvairiose edukacijose, dailės terapijoje atpalaiduoja ir stiprina kognityvinius įgūdžius.

Suplanuotos, bet neįvykdytos, užduotys dėl objektyvių priežasčių numatytos atlikti 2026 m. I ketvirtį.