

# SKUODO RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS PRIEMONIŲ VYKDYMO 2025 METŲ ATASKAITOS PRISTATYMAS

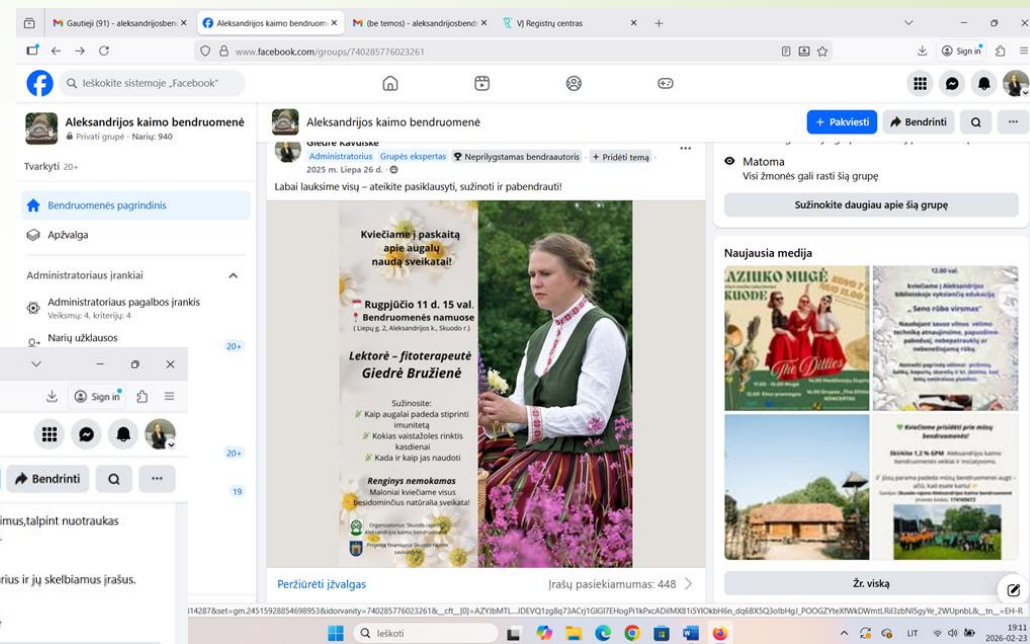
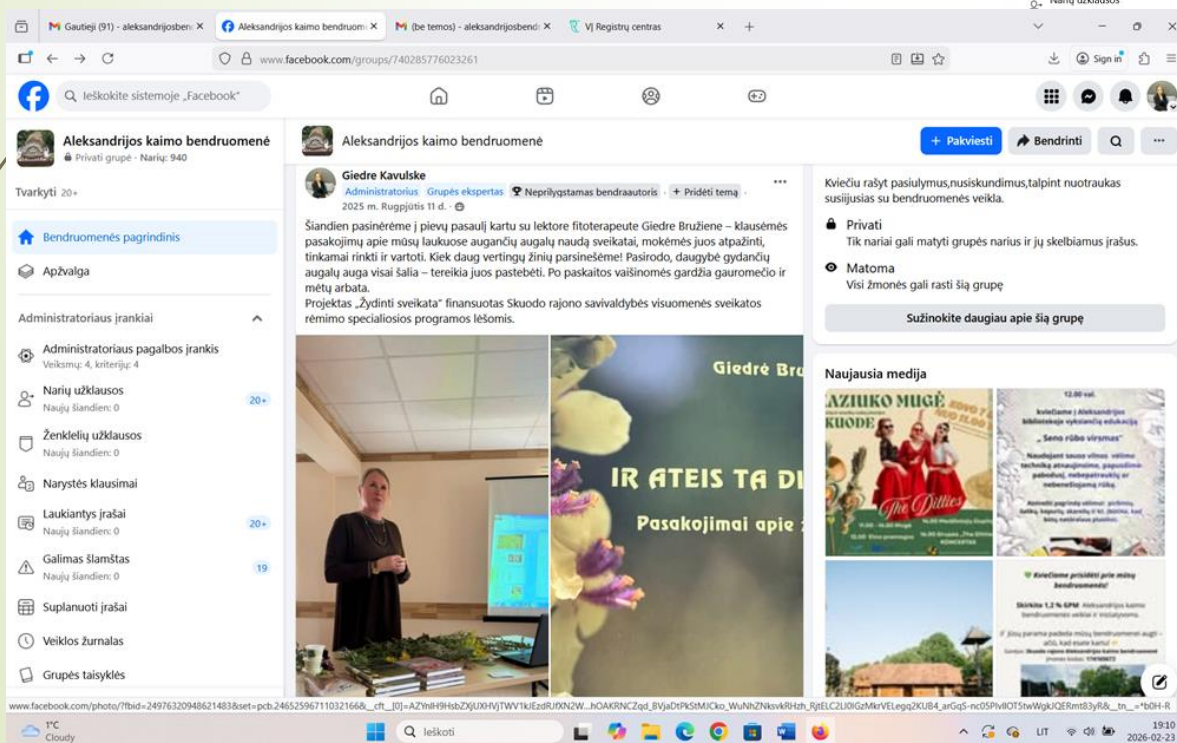
Paruošė Skuodo rajono savivaldybės administracijos Sveikatos reikalų koordinatore (vyriausioji specialistė) Vida Adomeckienė

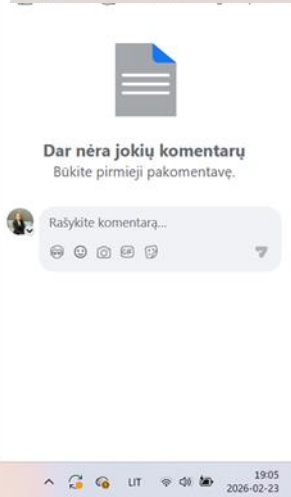
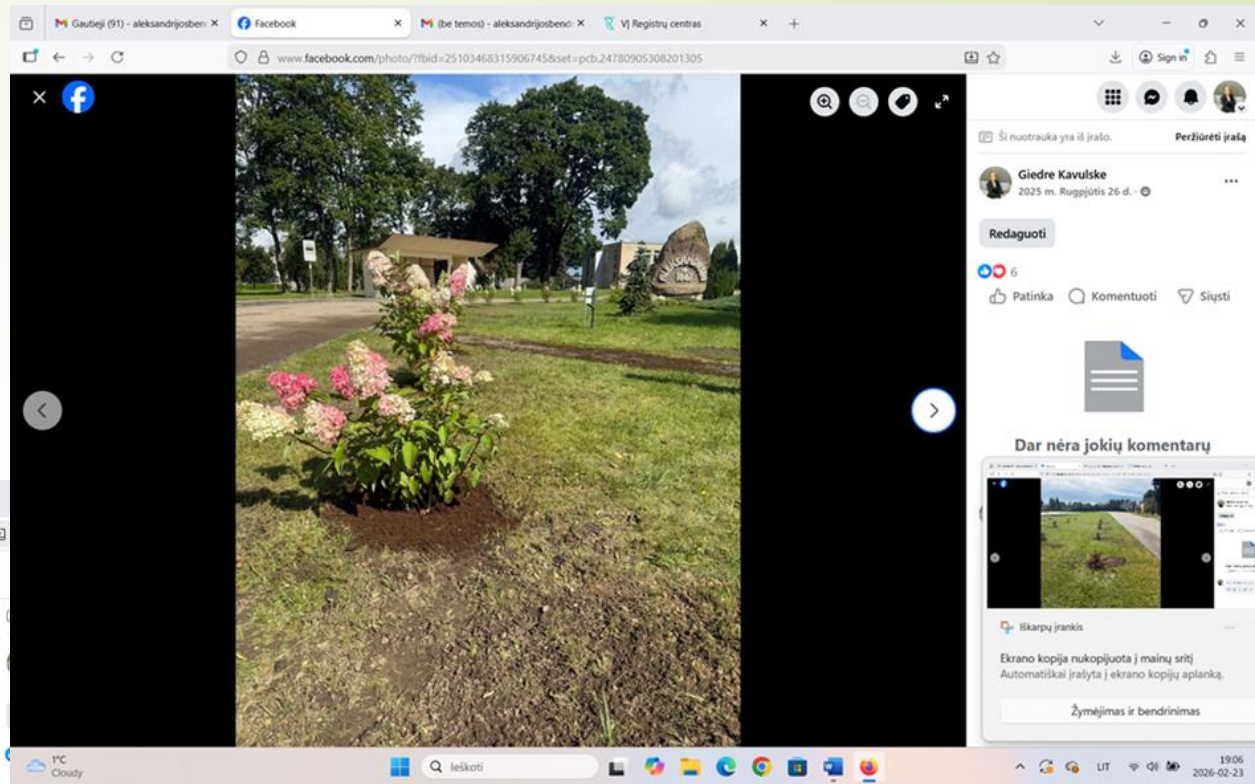
Iš Skuodo rajono savivaldybės 2025–2027 metų strateginio veiklos plano 5.2.1.1 priemonės „Savivaldybės aplinkos apsaugos rėmimo specialiosios programos įgyvendinimas“ 5.2.1.1.6 veiklos „Savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos įgyvendinimas“ 2025 metais buvo skirta **12 949,07 Eur** dvylikai projektų finansuoti:

- ▶ Skuodo rajono Aleksandrijos kaimo bendruomenės projektui „Žydinti sveikata“ – 922,04 Eur.
- ▶ Skuodo rajono Barstyčių kaimo bendruomenės projektui „Per aktyvų laisvalaikį – į geresnę savijautą“ – 2 000,00 Eur.
- ▶ Skuodo rajono Gėsalų bendruomenės projektui „Gėsalai aktyviai“ – 1 120,50 Eur.
- ▶ Asociacijos „Kiulio klubas“ projektui „HADO – naujos kartos sportas“ – 1 250,00 Eur.
- ▶ Asociacijos „Krakių žiburiai“ projektui „Sveikatos kelias: aktyvūs ir sveiki kaimo gyventojai“ – 1 141,50 Eur.
- ▶ Skuodo rajono Notėnų bendruomenės projektui „Fizinio aktyvumo skatinimas Notėnų laisvalaikio ir poilsio zonoje“ – 895,40 Eur.
- ▶ Skuodo rajono Rukų kaimo bendruomenės projektui „Šiaurietiškas ėjimas – sveikata kiekviename žingsnyje“ – 600,00 Eur.
- ▶ Skuodo krašto bendruomenės projektui „Šuolis į sveiką gyvenimą“ – 1 250,00 Eur.
- ▶ Asociacijos „Skuodo Rotary klubas“ projektui „Defibriliatoriaus įsigijimas ir įrengimas Skuodo rajono viešąsias paslaugas teikiančioje įstaigoje“ – 1 039,50 Eur.
- ▶ Skuodo rajono socialinių darbuotojų asociacijos projektui „Fizinė sveikata ir emocinis atsparumas per aktyvias veiklas“ – 1 087,50 Eur.
- ▶ Skuodo rajono Šačių kaimo bendruomenės projektui „Mūsų tikslas – sveika gyvensena“ – 962,00 Eur.
- ▶ Skuodo rajono Šliktinės kaimo bendruomenės projektui „Norime būti sveikesni 2“ – 680,63 Eur.

# Skuodo rajono Aleksandrijos kaimo bendruomenės projektas „Žydinti sveikata“ (922, 04 Eur)

- Bendruomenė sėkmingai įgyvendino projektą „Žydinti sveikata“ - organizavo paskaitą apie augalų naudą sveikatai, kurią vedė lektorė fitoterapeutė ir pasodino žydinčius medelius, kurie ne tik papuošė kaimelį, bet ir sukūrė jaukią aplinką visiems čia gyvenantiems.





Facebook post by Giedre Kavulske, 2025 m. Rugsjūtis 26 d. The image shows a garden bed with pink and white hydrangeas in the foreground, and a paved path leading to a building and a large stone monument in the background. The post has 6 likes and no comments. A watermark from 'iskarpų įrankis' is visible at the bottom of the image.

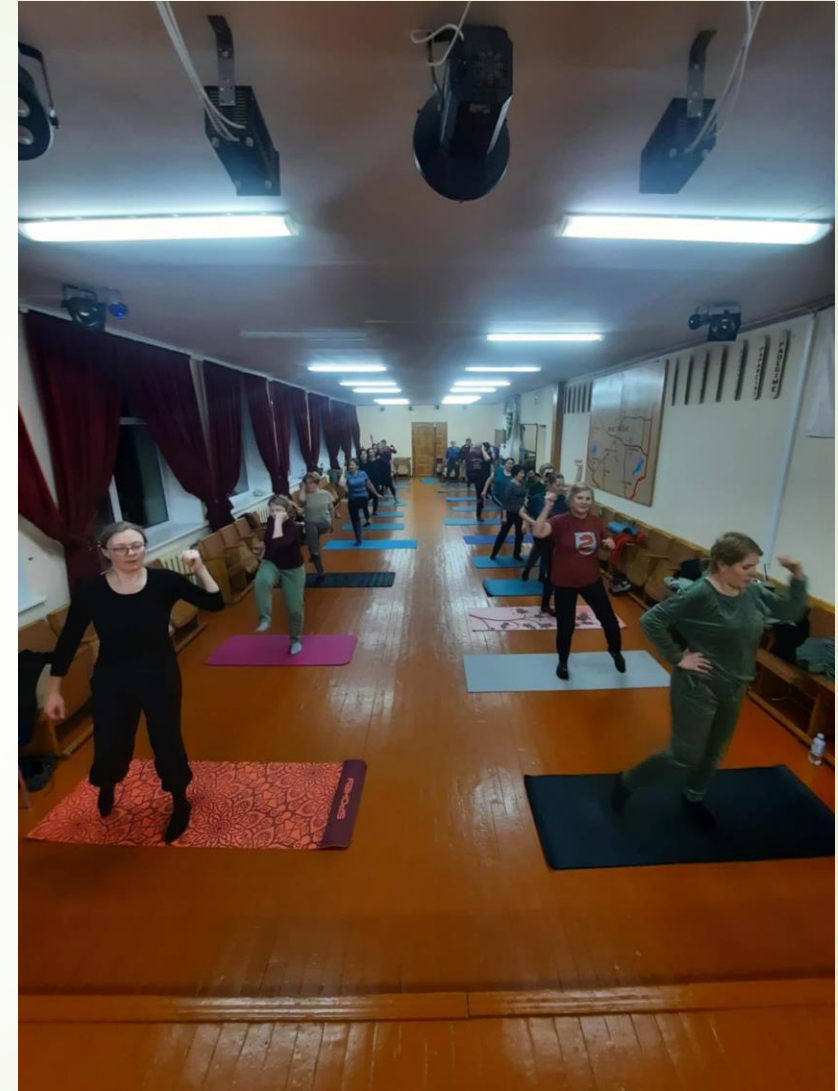
Facebook post by Giedre Kavulske, 2025 m. Rugsjūtis 26 d. The image shows a paved area in the foreground, with a grassy area and a building in the background. The post has 6 likes and no comments.

Facebook post by Giedre Kavulske, 2025 m. Rugsjūtis 26 d. The image shows a long, straight paved path running alongside a grassy area with small trees. The post has 6 likes and no comments.

## Skuodo rajono Barstyčių kaimo bendruomenės projektas „Per aktyvų laisvalaikį – į geresnę savijautą“ (2 000, 00 Eur)

- Skuodo rajono Barstyčių bendruomenė sako, kad projektas „Per aktyvų laisvalaikį – į geresnę savijautą“ yra vienas iš labiausiai pasiteisinusių projektų.
- Tokio pobūdžio sportinę veiklą bendruomenė propaguoja jau 3 sezoną. Veikloje dalyvauja ne tik moterys, bet ir vyrai.
- Sporto užsiėmimai su kineziterapeutu Mantu Jonkumi vyksta reguliariai 2 kartus per savaitę, po 1 val. Užsiėmimuose vidutiniškai dalyvauja 16-18 žmonių.
- Mankštos būna įvairios: su svarmenimis, pasipriešinimo gumomis, gimnastikos kamuoliais, fizinės ištvermės mankšta, tempimo pratimai visoms raumenų grupėms.





# Skuodo rajono Gėsalų bendruomenės projektas „Gėsalai aktyviai“ (1 120,50 Eur)


- Projekto tikslas buvo skatinti fizinį aktyvumą, bendruomeniškumą ir užimtumą įvairaus amžiaus dalyviams.
- Jo metu buvo organizuojamos reguliarios treniruotės, kurių metu dalyviai susipažino su stalo teniso taisyklėmis, pagerino fizinį aktyvumą.

## Gėsalai aktyviai

Gėsalų bendruomenė įvykdė projektą, kurio metu buvo nupirkta stalo tenisas ir bėgimo takelis. Kvietėme narius aktyviai praleisti laiką, pabūti bendrystėje.



Projektas iš dalies finansuojamas  
Skuodo rajono savivaldybės



Asociacijos „Kiulio klubas“ projektas „HADO – naujos kartos sportas“  
(1 250,00 Eur)



<https://hado.lt/>

- Projektas įgyvendintas, dalyvavo: Mosėdžio gimnazijos – 82 mokiniai ir Skuodo Pranciškaus Žadeikio gimnazijos - 65 mokiniai.
- Fizinio aktyvumo trukmė nuo 8.00 val. iki 15 val.


## Asociacijos „Krakių žiburiai“ projektas „Sveikatos kelias: aktyvūs ir sveiki kaimo gyventojai“ (1 141,50 Eur)

- Projektas sėkmingai įgyvendintas.
- Į projektą siekta įtraukti visų amžiaus grupių gyventojus.
- Vykdomos veiklos turi tęstinumą ir bus vykdomos pasibaigus projektui, siekiant užtikrinti ilgalaikę naudą bendruomenės sveikatai.
- Viena iš projekto veiklų – baidarių žygis, kasmet suburiantis vis daugiau šeimų ir jaunimo. Tai iniciatyva, skatinti bendruomenės narius aktyviai ir sveikai leisti savaitgalius, stiprinti tarpusavio ryšius bei rūpintis fizine sveikata.





- Reikšminga paspirtis bendruomenės gyventojų sveikatinimuisi – presoterapijos aparato įsigijimas, jo pristatymas ir aktyvus naudojimas.
- Projekto partnerių dėka bendruomenės nariai buvo apmokyti tinkamai naudotis aparatu, o atsižvelgiant į kiekvieno sveikatos būklę, parinktos individualios programos.
- Aparatas yra viešai prieinamas bendruomenės nariams ir intensyviai naudojamas.



Skuodo rajono Notėnų bendruomenės projektas „Fizinio aktyvumo skatinimas Notėnų laisvalaikio ir poilsio zonoje“  
(895,40 Eur)

- Bendruomenė už projekto lėšas įsigijo treniruoklį, tačiau dėl lietingo rudens jo dar nepastatė.
- Pavasarį, kai tik leis oro sąlygos, treniruoklis bus pastatytas.

## Skuodo rajono Rukų kaimo bendruomenės projektas „Šiaurietiškas ėjimas – sveikata kiekviename žingsnyje“ (600,00 Eur)

- ▶ Projektas sėkmingai įgyvendintas.
- ▶ Įsigyta 24 poros šiaurietiško ėjimo lazdų, kurios sudarė galimybę aktyviau įtraukti bendruomenės narius į fizinio aktyvumo veiklas.
- ▶ Projekto metu Skuodo rajono Rukų kaimo bendruomenėje buvo suorganizuota daug bendrų ėjimų, kurie paskatino gyventojus daugiau judėti, stiprinti sveikatą ir tarpusavio bendravimą.
- ▶ Pastebimai išaugo susidomėjimas šiaurietišku ėjimu, reguliariūs užsiėmimai tapo aktyvia ir laukiama bendruomenės veikla.





## Skuodo krašto bendruomenės projektas „Šuolis į sveiką gyvenimą“ (1 250,00 Eur)

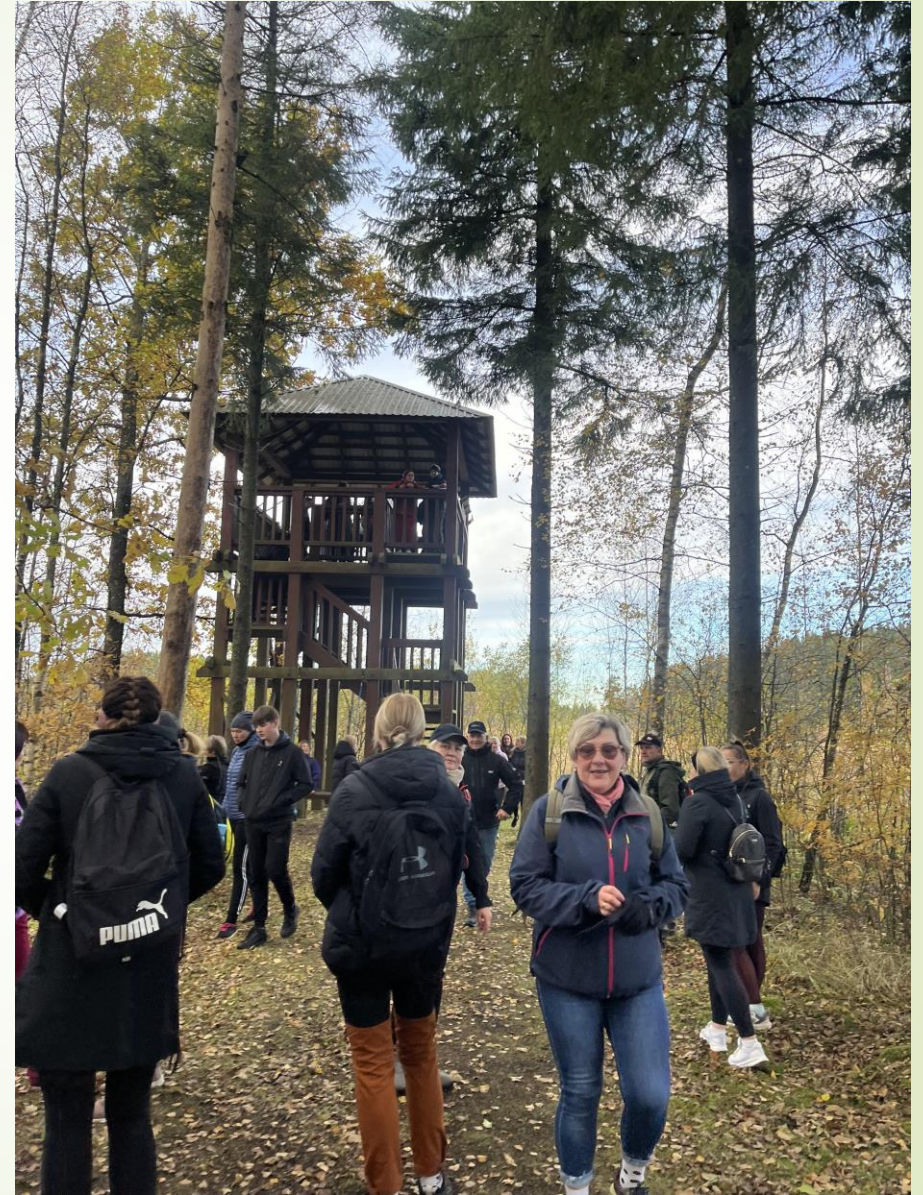
- Skuodo krašto bendruomenė vykdė projektą „Šuolis į sveiką gyvenimą“, kuris buvo skirtas Skuodo rajono vaikų ir šeimų fizinio aktyvumo skatinimui pasitelkiant patrauklią ir įtraukiančią priemonę – batutą.
- Veiklos skatino judėjimą, stiprino vaikų fizinę ir emocinę sveikatą bei padėjo formuoti sveikos gyvensenos įpročius. Batutas bus naudojamas ir po projekto pabaigos.
- Taip pat buvo organizuojamos judėjimo edukacijos vaikams: trumpi informaciniai užsiėmimai apie tai, kodėl svarbu judėti, ką reiškia sveika laikysena, kuo naudingi šuoliai ir kasdienis judesys, t.y. 10–15 min mini-edukacija kartą per savaitę, kurios tikslas: ugdyti sąmoningą požiūrį į judėjimą nuo mažens.






- ▶ Rugsėjo mėn. buvo organizuojamas renginys „Judėkime kartu“ visai bendruomenei, kurio tikslas: apibendrinti projekto rezultatai, įtrauktos šeimos.
- ▶ Renginio pabaigoje buvo organizuojamas pėsčiųjų žygis, kuriame dalyvavo 4 projekto partneriai: Skuodo veiklių mamų klubą, Skuodo žemaičių draugija, asociacija „Aukime“, Kūno kultūros ir sporto centras.







Asociacijos „Skuodo Rotary klubas“ projektas „Defibriliatoriaus įsigijimas ir įrengimas Skuodo rajono viešąsias paslaugas teikiančioje įstaigoje“  
(1 039,50 Eur)

- Projektu buvo siekiama pagerinti Skuodo rajono visuomenės sveikatos saugumą įrengiant defibriliatorių viešąsias paslaugas teikiančioje įstaigoje, kurioje yra didelė žmonių koncentracija ir padidėjusi rizika sveikatai.
- Defibriliatorius yra prieinamas naudoti nelaimės atveju iki atvykstant greitajai medicinos pagalbai, taip užtikrinant galimybę greitai suteikti pirmąją pagalbą ir išgelbėti gyvybes.
- Projekte dalyvaujantys asmenys ir bendruomenės nariai, kurie sužinojo apie defibriliatoriaus svarbą ir tinkamą naudojimą, tapo labiau įsitraukę ir atsakingi už aplinkinių sveikatą bei saugumą.
- Projektas ne tik prisidėjo prie greitos pagalbos suteikimo galimybės, bet ir paskatino diskusijas bei veiksmus, susijusius su sveikatos infrastruktūros gerinimu visame Skuodo rajone.
- Bendradarbiaujant su savivaldybe ir sveikatos priežiūros institucijomis, asociacija „Skuodo Rotary klubas“ siekia sukurti defibriliatorių tinklą rajone.



Skuodo rajono socialinių darbuotojų asociacijos projektas „Fizinė sveikata ir emocinis atsparumas per aktyvias veiklas“ (1 087,50 Eur)

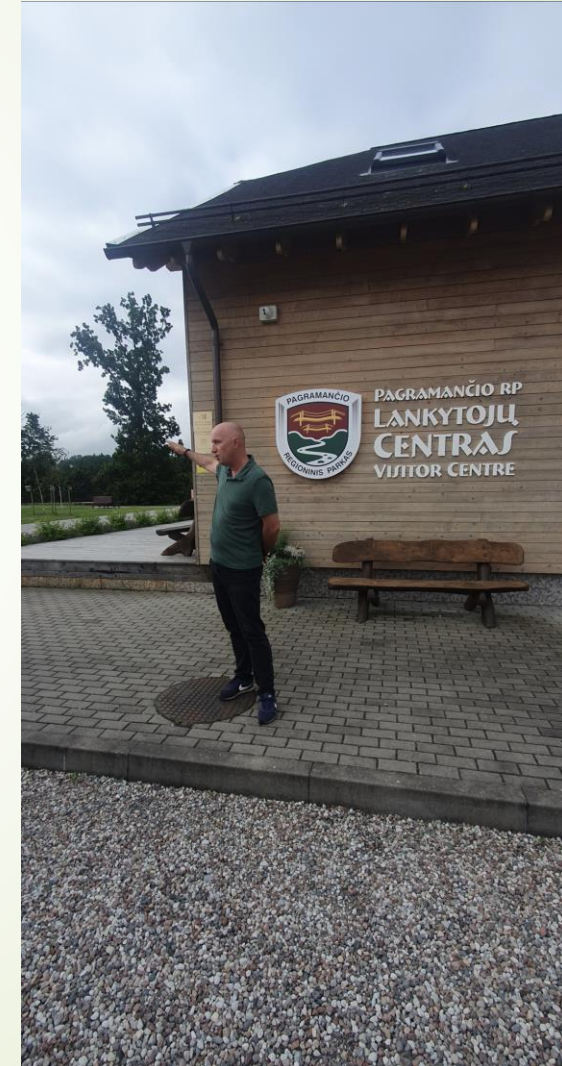
- Projekto tikslai sklandžiai įgyvendinti.
- Nariai pabuvo bendrystėje, atsipalaidavo baidarių žygyje, per veidoskaitos paskaitą turėjo galimybę labiau pažinti save, savo stipriąsias ir silpnąsias puses, kurios duoda naudą asmeniniame gyvenime ir darbe su paslaugų gavėjais.






## Skuodo rajono Šačių kaimo bendruomenės projektas „Mūsų tikslas – sveika gyvensena“ (962,00 Eur)

- Projekto metu bendruomenė buvo išvykusi į edukacinę programą „Šilalėje“, ir dalyvavo kūrybinėse veiklose, mankštose.
- Organizuotas susitikimas su Mantu Jonkumi, kurio metu kalbėta apie sveiką gyvenseną, motyvaciją ir aktyvų gyvenimo būdą.
- Visos veiklos skatino bendruomenės narių aktyvumą, bendrystę ir sąmoningumą.





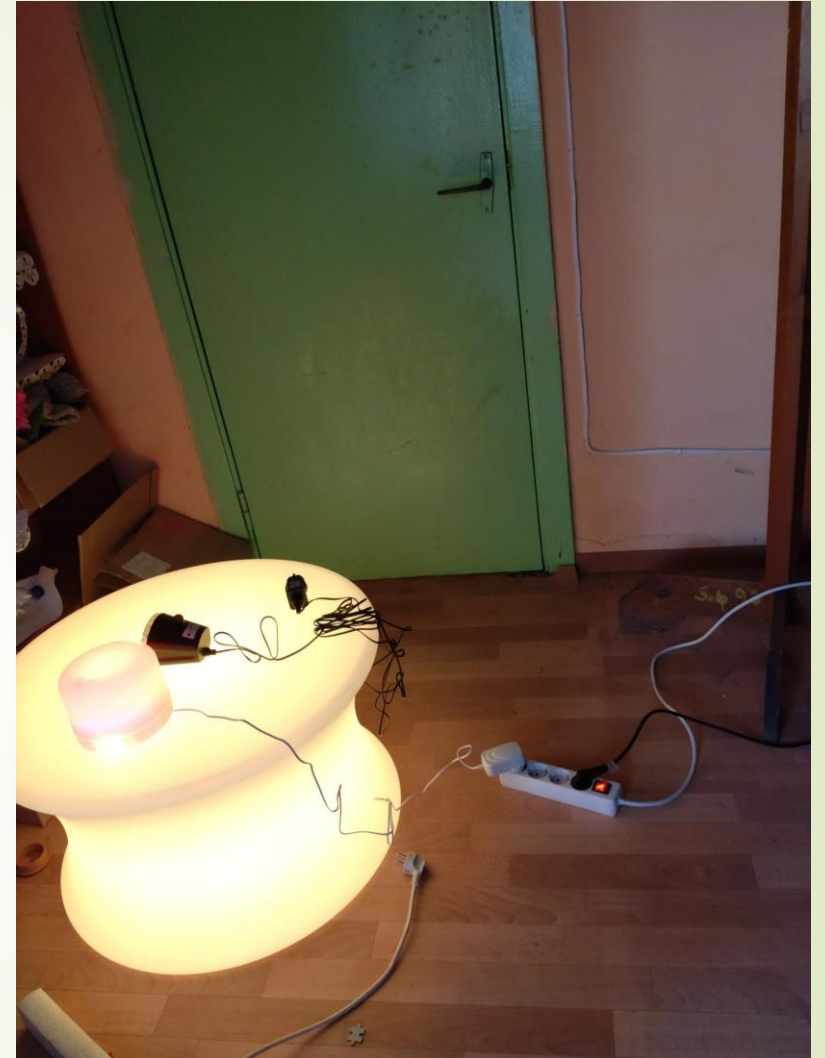


Skuodo rajono Šliktinės kaimo bendruomenės projektas  
„Norime būti sveikesni 2“ (680,63 Eur)

- ▶ Projekto tikslas buvo supažindinti su kitokiomis, netradicinėmis sveikatos, psichinės sveikatos stiprinimo priemonėmis, suteikti, pagilinti ir įtvirtinti žinias apie sveikos gyvensenos, poilsio, atsipalaidavimo reikšmę, ugdyti streso kontrolę.

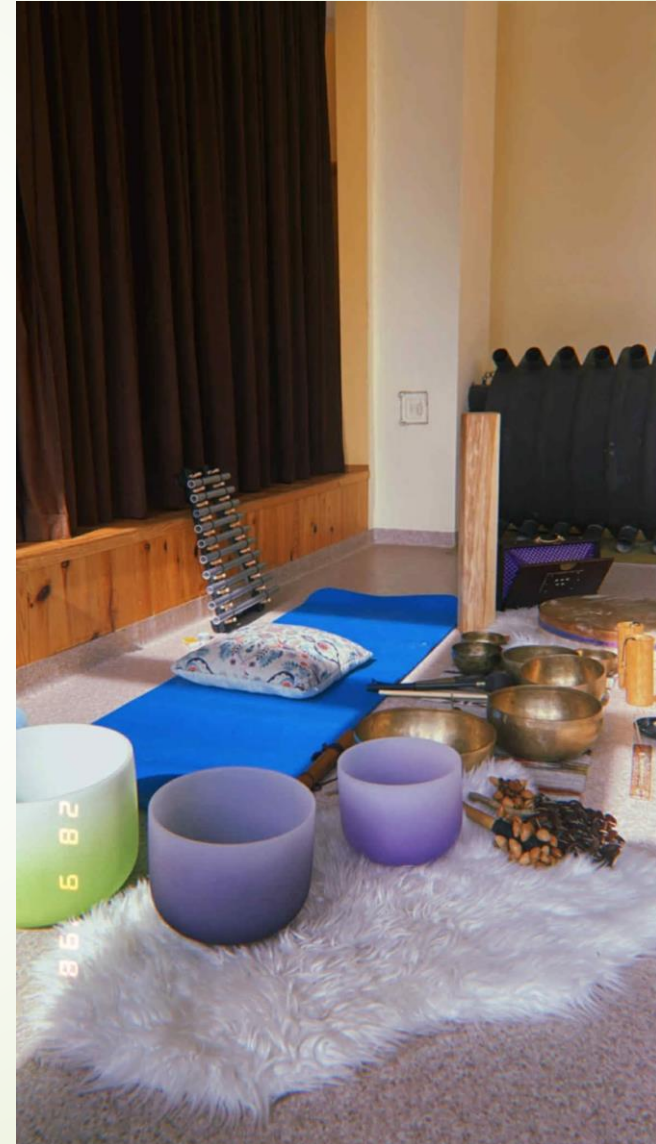
## Projekto įgyvendinimo metu:

- Nupirktos relaksiniam kambariui priemonės - spalvą keičiantis šviesos stalas, debesų ir vandens projektorius, aromadifuzorius-lempa-garsiakalbis viename.
- Sutartu laiku norintys gali ateiti ir naudotis masažine kėde, įsijungę norimą muziką, gėrėtis projektoriaus spalvomis, stalu, aromadifuzoriaus skleidžiamais kvapais atsipalaiduoti nuo kasdienių darbų, pailsėti, atpalaiduoti kūną, pagerinti nuotaiką, o prie šviesos stalo daugiausiai užsiima vaikai.



# Projekto įgyvendinimo metu:

- Suorganizuota du edukaciniai užsiėmimai „Muzikos garsų terapija“ (edukatorė Algimantė Veršininė).





# Santrauka

- ▶ Skuodo rajono savivaldybės biudžete visuomenės sveikatos rėmimo programai 2025 m. buvo skirta **13 040 Eur**, o visų pateiktų paraiškų bendra prašoma suma siekė **26 448,14 Eur**.
- ▶ Finansavimas projektams skirtas proporcingai pagal surinktus balus.
- ▶ Projektų vykdytojų numatytos veiklos įvykdytos, finansinės veiklų ataskaitos pateiktos Skuodo rajono savivaldybės administracijos Finansinės apskaitos skyriui.

**Ačiū už dėmesį!**

