



**ZARASŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS TARYBA**

**SPRENDIMAS  
DĖL ZARASŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO  
2026 METŲ SPECIALIOSIOS PROGRAMOS PATVIRTINIMO**

2025 m. gruodžio 18 d. Nr. T-214  
Zarasai

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 6 straipsnio 18 punktu, Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymo 63 straipsnio 5 punktu, atsižvelgdama į Zarasų rajono savivaldybės bendruomenės sveikatos tarybos 2025 m. lapkričio 17 d. posėdžio protokolą Nr. L(9.45)-92, Zarasų rajono savivaldybės taryba **n u s p r e n d ž i a**:

1. Patvirtinti Zarasų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo 2026 metų specialiąją programą (pridedama).
2. Paskelbti sprendimą Teisės aktų registre ir rajono Savivaldybės interneto svetainėje [www.zarasai.lt](http://www.zarasai.lt).

Savivaldybės merė

Nijolė Guobienė

PATVIRTINTA  
Zarasų rajono savivaldybės tarybos  
2025 m. gruodžio 18 d.  
sprendimu Nr. T-214

## ZARASŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO 2026 METŲ SPECIALIOJI PROGRAMA

### I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Zarasų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo 2026 metų specialioji programa (toliau – Programa) parengta vadovaujantis Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymu, Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatymu, Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymu ir kitais galiojančiais teisės aktais bei atsižvelgiant į 2022–2030 m. plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programą, patvirtintą 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“.

2. Programos vykdymo strategija yra tikslinė programa, įgyvendinanti įvairias sveikatinimo priemones bei kurianti saugią aplinką, gerinanti Zarasų rajono savivaldybės (toliau – Savivaldybė) gyventojų sveikatą. Tarpžinybinio bendradarbiavimo pagrindu į sveikatos priežiūros sistemos problemų sprendimą įtraukiamos įvairios ekonominės struktūros, akcentuojami sveikatos išsaugojimo, jos stiprinimo ir ligų profilaktikos prioritetai.

3. Programos paskirtis – finansuoti ir remti asmens ir visuomenės sveikatos priežiūros priemones, plėtoti visumą organizacinių, socialinių ir sveikatinimo priemonių, padedančių vykdyti ligų ir traumų profilaktiką, išsaugoti ir stiprinti visuomenės sveikatą, kaupti ir skleisti žinias apie sveikatą, skatinti bendruomenės sveikatingumą, dalyvavimą propaguojant sveiką gyvenseną, sveikatos stiprinimą.

### II SKYRIUS PAGRINDINĖS SĄVOKOS

4. Sveikata – asmens ir visuomenės fizinė, dvasinė ir socialinė gerovė.

5. Asmens sveikatos priežiūra – valstybės licencijuota fizinių ir juridinių asmenų veikla, kurios tikslas laiku diagnozuoti asmens sveikatos sutrikimus ir užkirsti jiems kelią, padėti atgauti ir sustiprinti sveikatą.

6. Visuomenės sveikatos priežiūra – organizacinių, teisinių, ekonominių, techninių, socialinių bei medicinos priemonių, padedančių įgyvendinti ligų ir traumų profilaktiką, išsaugoti visuomenės sveikatą bei ją stiprinti, visuma.

7. Visuomenės sveikatos ugdymas – valstybės ir savivaldybių bei pilietinės iniciatyvos priemonių, formuojančių sveiką gyvenseną, visuma.

### III SKYRIUS SITUACIJOS ANALIZĖ

8. Lietuvos strateginiuose teisės aktuose (Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“, Lietuvos Respublikos sporto įstatymas, nacionalinės pažangos programos ir jų priemonių planai – 2022–2030 m. sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo (valdytoja Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija), sporto plėtros (valdytoja Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija) programos ir jų priemonių planai, sveikatos tausojimo ir stiprinimo politikos gairės) ypatingas dėmesys yra skiriamas sveikai gyvensenai, sveikatos stiprinimo priemonėms, tame tarpe –

fiziniam aktyvumui. Lietuvos sveikatos programų strateginis tikslas – pasiekti, kad kasmet šalies gyventojai būtų sveikesni ir gyventų ilgiau, pagerėtų gyventojų sveikata ir sumažėtų sveikatos netolygumai.

2022–2030 metų plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos Sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programa (toliau – plėtros programa) skirta 2022–2030 metų nacionalinio pažangos plano 2-am strateginiam tikslui „Didinti gyventojų socialinę gerovę ir įtraukti, stiprinti sveikatą ir gerinti Lietuvos demografinę padėtį“ suformuotam 2.10 pažangos uždaviniui „Skatinti sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo veiklas ir stiprinti psichologinį (emocinį) visuomenės atsparumą“ įgyvendinti. Plėtros programoje numatytos trys kertinės veiksmų kryptys, apimančios ir grėsmių sveikatai valdymą:

- 1) gerinti grėsmių bei rizikos sveikatai veiksnių valdymą;
- 2) stiprinti gyventojų psichikos sveikatą bei plėtoti psichoaktyviųjų medžiagų kontrolę ir vartojimo prevenciją;

- 3) gerinti kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumą regionuose.

Visuomenės sveikatos stiprinimas apima sveikatos mokymą, informacijos apie sveiką gyvenimą sklaidimą, sveikos gyvensenos propagandą, formavimą ir nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažinimą, kitas teisės aktų nustatytas priemones.

Šiuolaikiniame globalizacijos pasaulyje žmogų supa daugybė grėsmių. Tai – nelaimingi atsitikimai, užkrečiamųjų ir neužkrečiamųjų ligų epidemijos, įvairios katastrofos ir kt. Nuo daugelio šių veiksnių galima apsisaugoti ir išgelbėti ne vieną gyvybę. Tarptautinė praktika moko, kad objektyvi informacija, savalaikiai veiksmai ir išmintingas jų koordinavimas – pagrindiniai bet kurios sveikatos politikos prioritetai. Visuomenė, kurioje yra daug skubėjimo, streso, greito maisto ir mažai poilsio, fizinio aktyvumo bei atsipalaidavimo, dažniausiai kenčia nuo lėtinių infekcinių, imuninių, širdies ir kraujagyslių ligų. Pusės jų galima būtų išvengti vien pakeitus gyvenimo būdą, nes efektyviausia ligų prevencija, pasak pasaulio sveikatos ekspertų, yra laikoma tiesiog sveika gyvensena. Siekis yra ligų mūsų visuomenėje mažinimas, skatinant žmones laikytis sveikos gyvensenos ir pagrindinių ligų prevencijos principų.

Psichikos sveikata yra neatsiejama visuomenės sveikatos dalis. Tai yra gan plati sąvoka, apimanti ne tik psichikos sutrikimų nebuvimą. Geros psichikos sveikatos individai sukuria visuomenę, pasižyminčią dideliu socialiniu kapitalu ir mažu socialinės patologijos lygiu, t. y. mažais savižudybių, smurto, prievartos ar kitokio žalojančio elgesio, nukreipto į save ar kitus, rodikliais. Dažniausiai susiduriama su tokiais veiksniais, kaip patyčios, smurtas šeimoje ar kitoje aplinkoje, artimų žmonių mirtis bei kiti traumuojantys gyvenimo įvykiai. Gera vaikų psichikos sveikata lemia jų įpročius, pasiekimus moksle, socializaciją ir gerą būsimą sveikatą. Negydomi vaikų ir paauglių psichikos sveikatos sutrikimai turi ilgalaikių pasekmių – vyresniame amžiuje gali kilti elgsenos sunkumų ar pasireikšti sunkesni psichikos sveikatos sutrikimai. Psichoaktyviųjų medžiagų ir kitų priklausomybę sukeliančių veiksnių prevencija ir valdymas yra svarbi visuomenės sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo politikos dalis, prisidedanti prie visuomenės sveikos gyvensenos plėtojimo, išvengiamo mirtingumo ir sergamumo mažinimo, tikėtinos sveiko gyvenimo trukmės ir vidutinės tikėtinos būsimos gyvenimo trukmės ilginimo, gyvenimo kokybės ir gerovės didinimo.

Žemas fizinis aktyvumas yra dar vienas sveikatos rizikos veiksnys. Reguliarus dalyvavimas fizinėje veikloje laikomas veiksminga prevencine širdies ir kraujagyslių ligų, diabeto, kitų lėtinių neinfekcinių ligų priemone.

Pastebima motyvacijos stoka gyventi sveikiau, kuri sąlygoja sveikos gyvensenos nuostatų nepaisymą. To rezultatas – didelis rizikos veiksnių paplitimas ir didelis sergamumas lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis. Lytinis švietimas – tai amžių atitinkantis mokymas apie lytiškumą ir santykius, suteikiantis mokslu grįstos ir objektyvios informacijos bei įgūdžių, padedančių suvokti savo lytiškumą, kurti saugius ir visaverčius santykius, priimti atsakomybę už savo bei kitų reprodukcinę sveikatą ir gerovę.

Žmonių sveikata ir gerovė glaudžiai susijusi su aplinkos būkle, kuri žmogui daro didžiulį poveikį. Maudyklų vandens kokybės stebėsenos paskirtis – gerinti aplinką, kad ji būtų palanki žmonių sveikatai. Reikalinga prižiūrėti maudyklų vandens kokybę, siekiant išsaugoti ir pagerinti maudyklų

būklę, sudaryti saugias sąlygas žmonių sveikatai, sistemingai stebėti ir analizuoti maudyklų vandens mikrobiologinę taršą, nustatyti trumpalaikės taršos arba išskirtinių situacijų atvejus, užtikrinti informacijos visuomenei, valdžios ir valdymo institucijoms apie maudyklų vandens kokybę, trumpalaikės taršos arba išskirtinių situacijų atvejus pateikimą. Reali infekcinių ligų našta yra žymiai didesnė, nes dalies mirčių nuo vėžio, kraujo apytakos, kvėpavimo ar virškinimo sistemos sutrikimų priežastis yra infekcija.

Šiais laikais ligų priežastimi neretai tampa stresas, neteisingas gyvenimo būdas, kuris nepastebimai ir pamažu alina organizmą ir ilgainiui rimtai sutrikdo žmogaus sveikatą, ir ne tik fizinę, bet ir psichinę. Žmonės vis dar sveikatą suvokia kaip fizinės ligos nebuvimą, bet pasaulio sveikatos specialistai ją siūlo apibrėžti daug plačiau – kaip visapusišką fizinę, dvasinę ir socialinę gerovę. Būtent todėl gyventojams rekomenduojama nepamiršti skirti kokybiško laiko poilsiui ir savo pomėgiams, nuolat ieškoti naujų laisvalaikio veiklų, kadangi jos greitai įtraukia ir atpalaiduoja net po labai įtemptos dienos.

Savižudybė yra svarbi visuomenės sveikatos priežiūros problema, dėl to turėtų būti teikiamas prioritetas šios problemos sprendimui. Savižudybės Lietuvoje yra vertinamos kaip plačiai paplitusios ir itin opios nacionalinio masto socialinės ir psichikos sveikatos problemos. Socialinės bei finansinės problemos yra pagrindiniai tokio aukšto savižudybių reitingo šaltiniai. Specialistai sutaria, kad savižudybių skaičius Lietuvoje kasmet mažėja, tačiau šie skaičiai vis tiek išlieka vieni didžiausių Europoje.

Siekiant geresnės Zarasų rajono gyventojų sveikatos būklės, būtina plėtoti sveikatinimo veiklas visose amžiaus grupėse. Ne mažiau svarbus ir tarpsektorinis bendradarbiavimas. Reikia skatinti gyventojus aktyviau patiems įsitraukti į sveikatą palaikančios aplinkos kūrimą bendruomenėse ir didinti nepakantumą sveikatą žalojantiems veiksniams. Turime kiekvienas sau atskirai ir visi kartu išsikelti tikslą – mūsų sveikata turi būti geresnė.

Zarasų rajono savivaldybės gyventojų sergamumo, mirtingumo, ligotumo, aplinkos, asmens sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumo, prevencinių programų aktyvumo ir kiti sveikatai įtaką darantys veiksniai bei analizės rezultatai yra pateikti Zarasų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitoje.

#### **IV SKYRIUS PROGRAMOS TIKSLAS**

9. Programos tikslas – įgyvendinti visuomenės sveikatos stiprinimo priemones, skirtas Savivaldybės gyventojų gyvenimo kokybei gerinti, ugdyti sveikos gyvensenos įgūdžius, mažinti sveikatą žalojančios elgsenos paplitimą, skatinti laikytis sveikos gyvensenos principų ir stiprinti asmeninę atsakomybę už savo sveikatą.

#### **V SKYRIUS PROGRAMOS UŽDAVINIAI**

10. Stiprinant gyventojų sveikatą ir ligų prevenciją, numatoma:

10.1. finansuoti sveikatinimo projektus, stiprinančius gyventojų fizinę ir psichinę sveikatą, gerinančius bendruomenės narių gyvenimo kokybę, mažinančius rizikos veiksnių ir ligų paplitimą, propaguojančius ir formuojančius sveikos gyvensenos įgūdžius pagal visuomenės sveikatos poveikio sritis;

10.2. vykdyti gyventojų sveikatos mokymą bei sveikos gyvensenos žinių sklaidimą, didinti sveikatos raštingumą;

10.3. stiprinti asmeninę žmogaus atsakomybę už savo sveikatą, ugdant teisingą požiūrį į sveiką gyvenseną;

10.4. vykdyti sveikatinimo priemones, gerinančias aplinkos kokybę ir užtikrinančias saugią, nekeliančią grėsmės žmonių sveikatai aplinką;

10.5. skirti finansavimą Zarasų rajono savivaldybės maudyklų vandens kokybės stebėsenai.

## **VI SKYRIUS PROGRAMOS PRIORITETAI**

11. Programos prioritetus nustatė Zarasų rajono savivaldybės Bendruomenės sveikatos taryba. Programos prioritetinės sritys 2026 metais:

11.1. gyventojų sveikatos išsaugojimas (sveikos gyvensenos propagavimas, psichikos sveikatos stiprinimas, savižudybių ir smurto prevencija, patyčių, priklausomybių prevencija);

11.2. sveikatai žalingų įpročių prevencija (rūkymo, psichotropinių medžiagų vartojimo, alkoholio prevencija);

11.3. hepatito, onkologinių ir širdies kraujagyslių ligų prevencija (fizinis aktyvumas, sveika mityba, sveikos gyvensenos propagavimas);

11.4. psichologinė, emocinė ir kita sveikatinimo pagalba šeimoms, susilaukusioms naujagimio (pogimdyvinė depresija), neišnešiojus naujagimį, susilaukus naujagimio su negalia;

11.5. burnos higiena ir sveikata;

11.6. nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencija;

11.7. aplinkos apsaugos prevencija (geriamojo vandens, maudyklų vandens kokybės stebėseną).

## **VII SKYRIUS PROGRAMOS FINANSAVIMO ŠALTINIAI**

12. Programos finansavimo šaltiniai:

12.1. Zarasų rajono savivaldybės biudžeto asignavimai;

12.2. 20 procentų Zarasų rajono savivaldybės aplinkos apsaugos rėmimo specialiosios programos lėšos;

12.3. savanoriškos fizinių ir juridinių asmenų įmokos;

12.4. kitos teisėtai įgytos lėšos.

## **VIII SKYRIUS PROGRAMOS PRIEMONĖS**

13. Programos lėšos naudojamos šioms priemonėms:

13.1. onkologinių ir širdies kraujagyslių ligų prevencijos priemonėms;

13.2. sveikatai žalingų įpročių prevencijos priemonėms;

13.3. psichologinės, emocinės pagalbos priemonėms;

13.4. sveikatos ugdymo ir ligų prevencijos priemonėms;

13.5. gyventojų sveikatą stiprinančioms, išsaugančioms ir visuomenės sveikatos apsaugos priemonėms.

## **IX SKYRIUS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO IR LĖŠŲ NAUDOJIMO TVARKA**

14. Programa įgyvendinama vadovaujantis Zarasų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos visuomenės sveikatos projektų įgyvendinimo organizavimo ir finansavimo tvarkos aprašu, patvirtintu Zarasų rajono savivaldybės administracijos direktoriaus įsakymu.

15. Programos visuomenės sveikatos projektus atrenka ir vertina Zarasų rajono savivaldybės bendruomenės sveikatos taryba.

16. Programos pajamos ir išlaidos kasmet planuojamos Zarasų rajono savivaldybės biudžete.

17. Programos lėšos, numatytos 12.1 punkte, nepanaudotos einamaisiais biudžetinais metais, gražinamos į Zarasų rajono savivaldybės biudžetą.

18. Programos lėšos, numatytos 12.2 punkte, nepanaudotos einamaisiais biudžetinais metais, naudojamos kitais metais numatytoms priemonėms finansuoti.

19. Programos lėšos naudojamos pagal numatytų priemonių paskirtį.

20. Programos priemonių vykdymo ataskaitą Zarasų rajono savivaldybės administracija pateikia Zarasų rajono savivaldybės tarybai tvirtinimui pagal Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro patvirtintą formą. Patvirtinta Programos priemonių vykdymo ataskaita Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2019 m. birželio 3 d. įsakymu Nr. V-656 „Dėl Savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos priemonių vykdymo ataskaitos formos patvirtinimo“ nustatyta tvarka ir terminais teikiama Higienos institutui ir skelbiama Savivaldybės interneto svetainėje [www.zarasai.lt](http://www.zarasai.lt).

## **X SKYRIUS LAUKIAMO REZULTATAI**

21. Programos įgyvendinimas padės stiprinti ir gerinti gyventojų sveikatą, leis sumažinti gyventojų sergamumą, kurį lemia neteisinga žmonių gyvensena, elgsena, neigiami aplinkos veiksniai, padidės gyventojų atsakomybė už savo sveikatą.

## **XI SKYRIUS GALIMOS GRĖSMĖS**

22. Per metus numatomos priemonės ar priemonėms skiriamos lėšos gali mažėti dėl įvairių priežasčių – teisės aktų pakeitimų, naujai patvirtintų valstybinių sveikatos programų, įplaukų dydžio, ekonominės padėties ir kt.

## **XII SKYRIUS ATSAKOMYBĖ**

23. Už Programoje numatytų priemonių įgyvendinimo organizavimą ir lėšų apskaitą atsako Zarasų rajono savivaldybės administracija.

---



**DETALŪS METADUOMENYS**

<b>Dokumento sudarytojas (-ai)</b>	Zarasų rajono savivaldybė 111102064, Sėlių a. 22, 32110 Zarasai
<b>Dokumento pavadinimas (antraštė)</b>	DĖL ZARASŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO 2026 METŲ SPECIALIOSIOS PROGRAMOS PATVIRTINIMO
<b>Dokumento registracijos data ir numeris</b>	2025-12-22 Nr. T-214
<b>Dokumento gavimo data ir dokumento gavimo registracijos numeris</b>	–
<b>Dokumento specifikacijos identifikavimo žymuo</b>	ADOC-V1.0
<b>Parašo paskirtis</b>	Pasirašymas
<b>Parašą sukūrusio asmens vardas, pavardė ir pareigos</b>	Nijolė Guobienė, Merė, Meras, vicemeraai
<b>Sertifikatas išduotas</b>	NIJOLĖ GUOBIENĖ LT
<b>Parašo sukūrimo data ir laikas</b>	2025-12-22 12:19:53 (GMT+02:00)
<b>Parašo formatas</b>	XAdES-T
<b>Laiko žymoje nurodytas laikas</b>	2025-12-22 12:20:11 (GMT+02:00)
<b>Informacija apie sertifikavimo paslaugų teikėją</b>	EID-SK 2016, AS Sertifitseerimiskeskus EE
<b>Sertifikato galiojimo laikas</b>	2023-05-05 15:39:22 – 2028-05-03 23:59:59
<b>Informacija apie būdus, naudotus metaduomenų vientisumui užtikrinti</b>	"Registravimas" paskirties metaduomenų vientisumas užtikrintas naudojant "RCSC IssuingCA-2, VI Registru Centras - i.k. 124110246 LT" išduotą sertifikatą "Dokumentų valdymo sistema Avilys, Zarasų rajono savivaldybės administracija, į.k. 188753461 LT", sertifikatas galioja nuo 2024-12-18 12:16:00 iki 2027-12-18 12:16:00
<b>Pagrindinio dokumento priedų skaičius</b>	–
<b>Pagrindinio dokumento priedamų dokumentų skaičius</b>	–
<b>Priedamo dokumento sudarytojas (-ai)</b>	–
<b>Priedamo dokumento pavadinimas (antraštė)</b>	–
<b>Priedamo dokumento registracijos data ir numeris</b>	–
<b>Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas</b>	Dokumentų valdymo sistema Avilys, versija 3.5.71.1
<b>Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninio (-ių) parašo (-ų) tikrinimą (tikrinimo data)</b>	Atitinka specifikacijos keliamus reikalavimus. Visi dokumente esantys elektroniniai parašai galioja (2025-12-22 17:18:20)
<b>Paieškos nuoroda</b>	–
<b>Papildomi metaduomenys</b>	Nuorašą suformavo 2025-12-22 17:18:20 Dokumentų valdymo sistema Avilys

Nuorašas tikras  
Zarasų rajono savivaldybė  
2025-12-22