

KLAIPĖDOS MIESTO SAVIVALDYBĖ

BENDRUOMENĖS SVEIKATOS TARYBOS POSĖDŽIO PROTOKOLAS

2026-04-22 Nr. SVP-129

Posėdis įvyko – 2026 balandžio 22 d. 15 val.

Posėdžio pirmininkas – Jurandas Altuchovas.

Posėdžio sekretorius – Jurgita Drasutytė

Balsavime dalyvavo: Bendruomenės sveikatos tarybos (toliau – BST) nariai Jurandas Altuchovas, Germanas Čepas, Daiva Dragūnienė, Raimundas Grigaliūnas, Romaldas Sakalauskas.

DARBOTVARKĖ:

1. Dėl sveikatinimo srities projektų pristatymas.

Pranešėjai:

- Vakarų Lietuvos nefrologinių ligonių draugijos „Gyvastis“ atstovai;
- Asociacijos „Raudonos nosys gydytojai klounai“ atstovai;
- VšĮ „Auksinė Ginsvė“ atstovai;
- VšĮ „Asmenybės ugdymo kultūros centras“.

2. Dėl einamųjų klausimų.

Pranešėjas: BST pirmininkas Jurandas Altuchovas.

1. SVARSTYTA. Sveikatinimo srities projektų pristatymas.

Pranešėja Daiva Dragūnienė, Vakarų Lietuvos nefrologinių ligonių draugijos „Gyvastis“ atstovė, pristatė projektą „Gyvenimas po organų transplantacijos“ (pridedama).

Pranešėjai, Asociacijos „Raudonos nosys gydytojai klounai“ atstovai, pristatė projektą „Klaipėdos miesto gyventojų emocinės sveikatos stiprinimas“. Pranešėjas pristatė, kad veiklą vykdo jau 15 metų ir gydytojai klounai lankosi 4 Lietuvos ligoninėse (Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje ir Šiauliuose). Pranešėjas informavo, kad gydytojai klounai dirba ne tik su vaikais, bet ir su senjorais. Pranešėjas informavo, kad organizacijos misija yra humoru teikti emocinę ir psichosocialinę pagalbą labiausiai pažeidžiamoms visuomenės grupėms. Taip pat, informavo, kad yra pastebima, kad klounų atėjimas yra svarbus ne tik vaikams, bet ir jų tėvams bei personalui. Pranešėjas informavo, kad 7 metus gydytojai klounai dirba reguliariai Klaipėdoje ir į VšĮ Klaipėdos vaikų ligoninę vyksta 4 kartus per savaitę (3 kartai yra įprastas vizitas, kai dirba 2 gydytojai klounai, o antradieniais yra specifinė programa, kur dirba vienas klounas skyriuje, kuris padeda vaikams pasiruošti operacijoms). Papildomai informavo, kad dar vieną kartą per savaitę gydytojai klounai vyksta į senelių globos namus. Taip pat, informavo, kad gydytojai klounai dirba ir švenčių ir nedarbo dienomis. Pranešėja informavo, kad šiuo metu Klaipėdoje dirba 5 klounų komanda. Pranešėja akcentavo, kad ligoninės personalas mato gydytojų klounų vizitų prasmę ir tą prasmę akcentuoja ir vaikų tėvams.

R. Grigaliūnas, BST narys pasiteiravo, gal pranešėjai mato kaip būtų galima dar geriau vykdyti šias veiklas.

Pranešėjas, Asociacijos „Raudonos nosys gydytojai klounai“ atstovas, informavo, kad stabilus finansavimas būtų didžiausia pagalba NVO veiklai.

Pranešėja, VšĮ „Auksinė Ginsvė“ atstovė pristatė projektą „Sportuojantys senjorai“ (pranešimas pridedamas).

Pranešėjai, VšĮ „Asmenybės ugdymo kultūros centro“. atstovai, pristatė projektą „Sveikos gyvensenos skatinimas per judesį ir sąmoningumą“. (pranešimas pridedamas).

NUTARTA: Informacija išklaudyta.

2. SVARSTYTA. Einamieji klausimai.

Jurandas Altuchovas, BST pirmininkas, informavo, kad gegužės mėnesio posėdį reikėtų skelti į du posėdžius ir vieną iš jų daryti nuotoliniu būdu.

NUTARTA: Informacija išklaudyta.

Posėdžio pirmininkas

Jurandas Altuchovas

Posėdžio sekretorius

Jurgita Drąsutytė



Vakarų Lietuvos nefrologinių ligonių draugija „Klaipėdos „Gyvastis“

Sveikatos projektas J9-2950 (2025-10-14 iki 2025-12-12)

„Gyvenimas po inkstų transplantacijos“

Projektui buvo skirta: 4.692,34 savivaldybės lėšomis.

Pilateso užsiėmimai vyko: antradieniais, ketvirtadieniais 13:00- 14:00 BC studija Body Control, S. Nėries g. 20, Klaipėda

Išleista: savivaldybės lėš. **1.700,00**

Šokių repeticijos vyko: pirmadieniais, trečiadieniais 10 kartų 11:00-12:30 (1.5 val.), 10 kartų 11:00-12:00 (1 val.), „Rueda“ H. Manto g. 31, Klaipėda

Išleista: savivaldybės lėš. **1.000,00**

Ugdyti atsakingą dializuojamųjų, laukiančiųjų transplantacijos, transplantuotų neįgaliųjų, bei jų artimųjų požiūrį ir atsakomybę į visuomenės sveikatą ir rūpintis savo psichine bei fizine būkle. Psichologės užsiėmimai: Lapkričio mėnuo trečiadieniais 5,12,19 nuo 10:30-12:30 (3 kartai po 2 val.= 6 val).

Išleista: **300.00**.

Atlyginimams skirta: savivaldybės lėš. su mokesčiais **1992,34**

Kadangi esame didelės rizikos grupėje, dėkojame Klaipėdos miesto savivaldybės sveikatos ir šeimos skyriui už suteiktą dalinį finansavimą, kad galėjome sportuoti, šokti. Projekte dalyvavo 12 narių. Džiaugiamės, kad galėjome susitikti, pajudėti ir žmonės toliau eis savo lėšomis į šokių repeticijas, tačiau pagal finansines galimybes. Ačiū Klaipėdos miesto sveikatos biurui, kad galime sportuoti šiais metais..

Vakarų Lietuvos nefrologinių ligonių draugijos

„Klaipėdos „Gyvasties“ pirmininkė Daiva Dragūnienė

Sprotuojantys senjorai

Všį Auksinę ginsvę

Projekto vadovas Daiva Palubinskaitė

- Projekto tikslas

Ugdyti atsakingą gyventojų požiūrį į visuomenės sveikatą, įtraukiant nemažiau nei 50 unikalių dalyvių 65+

1 veikla – Fizinių rodiklių testavimas.

Atlietkami 6 testai: mobilumui, pusiausvyrai, jėgai, kardio rodikliams nustatyti. Testavimai bus vykdomi 3 kartus: projekto pradžioje, viduryje ir projekto pabaigoje.

2 veikla – Sveikatingumo treniruotės salėje:

Du kartus per savaitę dvi grupės 8 mėn. viso 128 treniruotės. Turima įranga: salė, persirengimo kambariai, svareliai, pilates žiedai, masažiniai volai, kamuoliai, lazdos. Reikalingas papildyti inventorių didieji kamuoliai, kilimėliai, balansinės platformos pusiausvyros lavinimui.

Sveikatingumo treniruotės fizinio darbingumo gerinimui, sveikatos stiprinimui: pilates, tempimas, kūno stiprinimas su elastingomis juostomis, svareliais ir kt. Treniruotės skirtos pusiausvyros gerinimui, griuvimų prevencijai, osteoporozės ir osteochondrozės profilaktikai. Kitų lėtinių neinfekcinių ligų profilaktikai. (40 unikalių dalyvių)

3 veikla – Sveikatingumo mankštos gryname ore:

2026 m vasaros laikotarpiu 3 kartus per savaitę, bus pravesta 36 treniruotės gryname ore. Turima įranga šiaurietiško vaikščiojimo lazdos, elastingos juostos, kilpos, svareliai, masažiniai kamuoliukai, lazdos. Reikalingas inventorių – balansiniai kamuoliukai (50 unikalių dalyvių)

Sveikatingumo treniruotės vyresnio amžiaus žmonėms pilates, joga, kūno stiprinimas, šiaurietiškas vaikščiojimas, kvėpavimo pratimai.

4 veikla – Paskaitos.

3 paskaitos su kompetentingais savo srities specialistais (D. Palubinskaite LMTA lektorė, trenerė – Fizinio aktyvumas - lėtinių neinfekcinių ligų prevencija, Prof. A. Škurvydas – sveikas amžėjimas, šiuolaik

inės tendencijos, Kineziterapeutė G. Gujytė – sąnarius tausojanti fizinė veikla)

(Paskaitoje dalyvaus ne mažiau 40 dalyvių paskaitoje).













KAS MES ESAME?



Neformalusis
švietimas ir
mokymai



Neįgaliųjų socialinė
integracija per fizinį
lavinimą



Fizinis aktyvumas ir
sveikatos gerinimas



Vasaros stovyklos



Atviri darbas su
jaunimu ir projektai



Kultūrinės veiklos



Lietuvinių a. 5

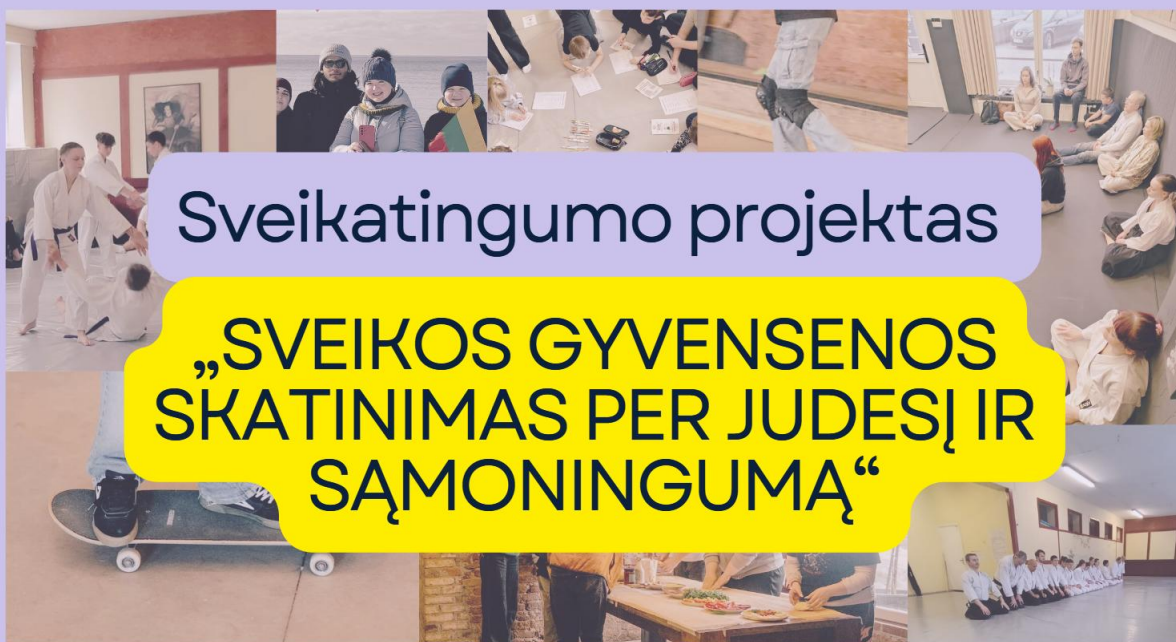
Statybininkų pr. 2a



2017 m.

Dabar





Sveikatingumo projektas

„SVEIKOS GYVENSENOS SKATINIMAS PER JUDESĮ IR SĄMONINGUMĄ“

APIE MITYBĄ LINKSMAI

Edukacija apie sveiką mitybą
žaismingu formatu. Su praktine
dalimi – buvo gaminami gėrimai.

SUDALYVAVO

13 DALYVIŲ



NEPRIKLĀUSOMYBĒS DIENOS ŽYGIS: SKAITMENINĒ DETOKSIKĀCIJA

Žygis - diskusija, kaip sumažinti
ekranų laiką, rasti balansą tarp
technologijų ir poilsio.

SUDALYVAVO
10 DALYVIŲ



EMOCIJOS IR JAUSMAI: NUOSTABUS PASAULIS MANYJE

Edukacija apie emocinį intelektą:
kaip atpažinti ir išreikšti
jausmus. Kūrybinės užduotys.

SUDALYVAVO
12 DALYVIŲ



SVEIKA MITYBA KASDIEN

Sveikų užkandžių gamybos vakaras, kuriame buvo dalinamasi praktiniais patarimais, sveikų patiekalų idėjomis.

**SUDALYVAVO
9 DALYVIAI**



SVEIKATINGUMO DIENA

Praktiniai ir teoriniai mokymai treneriams, siekiant stiprinti jų profesines kompetencijas sveikatingumo tema, ir nemokama riedlenčių treniruotė vaikams.

**SUDALYVAVO
15 DALYVIŲ**



GIRLS RIDE

Treniruotė, kurios metu buvo skiriamas dėmesys dalyvių fizinio aktyvumo ir sveikatingumo įgūdžių ugdymui.

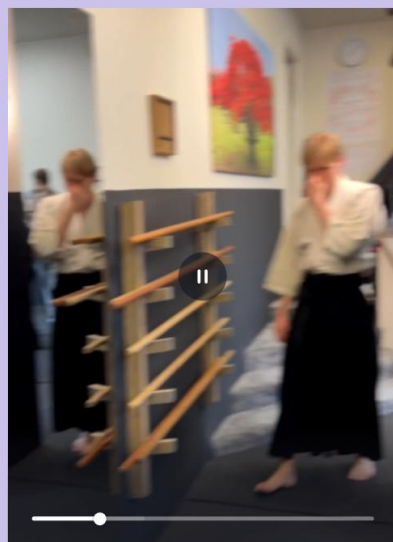
SUDALYVAVO
14 DALYVIŲ



ĮKVĖPK RAMYBĖS: KVĖPAVIMAS STRESUI MAŽINTI

Praktinis ir teorinis užsiėmimas apie kvėpavimo technikas, kurios padeda nusiraminti, sumažinti stresą ir įtampą.

SUDALYVAVO
21 DALYVIS



AIKIDO TRENIRUOTĖS

2 kartus per savaitę:
pirmadieniais 19:00-20:15
šeštadieniais 10:00-11:15

**SUDALYVAVO
150 DALYVIŲ**

Praktiniai ir reguliarūs užsiėmimai, skirti fizinio aktyvumo skatinimui, ekranų laiko mažinimo prevencijai ir psichologinės sveikatos gerinimui.

Abiejose veiklose sudalyvavo apie **60%** pasikartojančių dalyvių



RIEDLENČIŲ TRENIRUOTĖS

**SUDALYVAVO
30 DALYVIŲ**

Kartą per savaitę:
15:00-16:00 antradieniais



ARTIMIAUSI RENGINIAI

Balandžio 18
15:00

"Budokan"
Lietuviniuku a. 5
Klaipėda



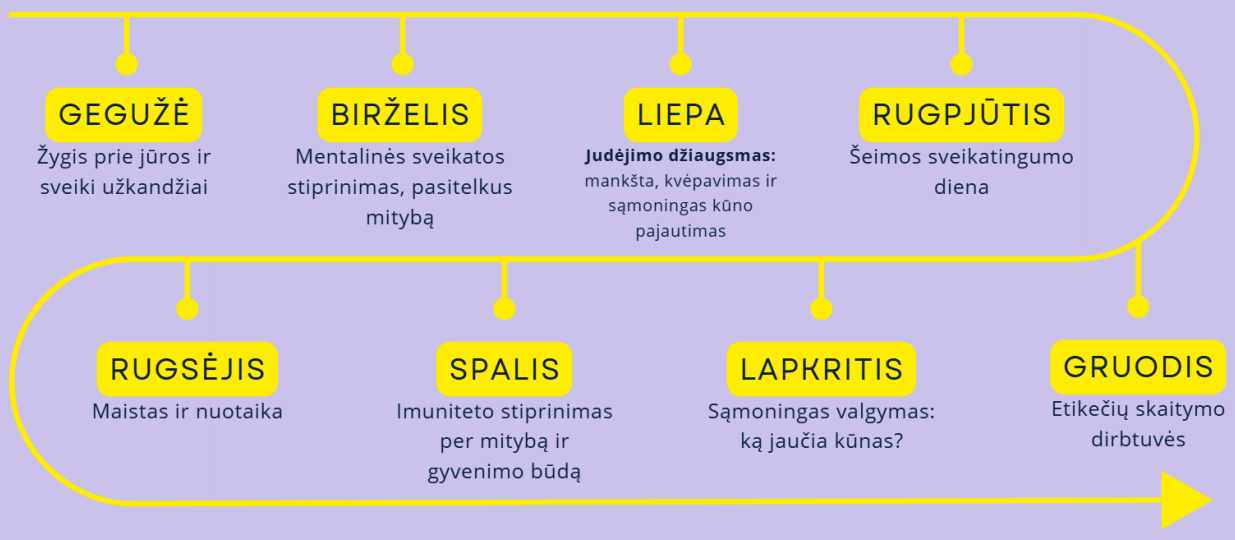
Nemokamas seminaras

BALANSO KODAS

Proga sustoti, įsivertinti ir pradėti kurti tvaresnį santykį su savimi



DAR ŠIAIS METAIS...



POVEIKIS



1. VEIKLOSE SUDALYVAVO DAUGIAU NEI **200** DALYVIŲ
2. SURENGTA DAUGIAU NEI **40** RENGINIŲ IR TRENIRUOČIŲ
3. Į VEIKLAS ĮTRAUKTI ĮVAIRIŲ AMŽIAUS GRUPIŲ DALYVIAI

VISUOMENEI



Kuriame pokytį



+37064719125,
INFO@AUKCENTRAS.LT
WWW.AUKCENTRAS.LT

DĖKOJAME UŽ BENDRADARBIAVIMĄ IR
PALAIKYMĄ

VŠĮ ASMENYBĖS UGDYMO KULTŪROS
CENTRAS