

Plungės rajono mokyklose ir darželiuose – atnaujinti sveikatos kabinetai, šiaurietiško ėjimo lazdos, ugdymui skirti žaidimai

Plungės rajono savivaldybė rūpinasi vaikų ir mokinių sveikatos problemomis – Plungės rajono mokyklos ir ikimokyklinio ugdymo įstaigos jau netrukus galės džiaugtis atnaujintais sveikatos kabinetais ir interaktyviomis ugdymo priemonėmis.

„Plungės rajono vaikai ir jaunimas aktyviam laisvalaikiui dabar gali rinktis vis labiau populiarėjantį šiaurietišką ėjimą – įsigijome net 358 poras šiaurietiško ėjimo lazdų. Jau atlikome remontą Plungės lopšelio-darželio „Raudonkepurnaitė“ sveikatos kabinete: pakeitėme grindis, lubas, perdažėme sienas. Dabar patalpos daug šviesesnės ir jaukesnės. Plungės rajono 13 ugdymo įstaigų vaikai gali leisti laisvalaikį su naujais patyčių prevencijos, dienos ritmo, psichologinės sveikatos ugdymui skirtais žaidimų rinkiniais. Artimiausiu metu sveikatos kabinetai bus aprūpinti ergonomiškom ir sveikatą tausojančiais darbo kėdėmis, reikiama kompiuterine įranga. Iki šių metų pabaigos taip pat bus įsigyta ir interaktyvių ugdymo priemonių.“, - rezultatais dalijasi Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro vadovė Daiva Zablockienė.

Nesprendžiant vaikų ir jaunimo sveikatos problemų, prastėja mokymosi rezultatai, vaikams tampa vis sudėtingiau bendrauti su aplinkiniais, vystosi psichiniai ir psichologiniai sutrikimai, kitos ligos, turinčios didelę įtaką tolesnei vaiko ar paauglio raidai. Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistai siekia laiku identifikuoti rizikas ir ieškoti sprendimų. Dėl šių priežasčių pagrindiniu įgyvendinamo projekto tikslu tapo siekis užtikrinti vaikų ir jaunimo gerovę, ikimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetus aprūpinant metodinėmis priemonėmis.

Tyrimais įrodyta, kad nuo mažų dienų skiepijami sveikos gyvensenos įgūdžiai išlieka visam gyvenimui. D. Zablockienė džiaugiasi, kad Plungės rajone imamasi spręsti vaikų ugdymo problemas, mokyti juos sveikatingumo nuo ankstyvojo amžiaus.

„Nenuostabu, kad šiuolaikiniais skaitmeninio raštingumo ir technologinės plėtros laikais, išmaniosios technologijos, interaktyvūs žaidimai jau tapo ir darželinukų kasdienybe. Turint reikiamas priemones sveikatingumo, psichinės sveikatos lavinimui, mūsų specialistams bus tikrai lengviau paaiškinti vaikams, kodėl ir kaip reikia rūpintis savo sveikata, kodėl reikia vengti cigarečių, alkoholio, narkotinių medžiagų“, - teigia Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro vadovė.

Sveikatos kabinetuose planuojama įrengti interaktyvias grindis, įsigyti sumaniuosius modelius, padėsiančius identifikuoti sergantįjį lėtinėmis plaučių ligomis, pamatyti žalingą rūkymo poveikį, taip pat bus įsigytas pirmosios pagalbos edukacijai skirtas manekenas. Baimės, liūdesio, pykčio valdymo, pasitikėjimo savimi puoselėjimo knygos padės atkreipti dėmesį ir į savo, ir į aplinkinių sveikatą.

Pasitelkiant turimas priemones, vaikai ir mokiniai bus skatinami rinktis sveiką gyvenimo būdą, vengti žalingų įpročių, sportuoti, aktyviai leisti laisvalaikį, rūpintis savo psichine sveikata ir, prireikus, ieškoti pagalbos. Tikimasi, kad tai padės sumažinti susirgimų ir ligų skaičių.

Plungės ir Tauragės rajonų savivaldybės visuomenės sveikatos biurai įgyvendina projektą „Ikimokyklinio ir mokyklinio ugdymo įstaigų sveikatos kabinetų aprūpinimas metodinėmis priemonėmis Plungės ir Tauragės savivaldybėse“. Projektas finansuojamas 2014-2021 m. Europos ekonominės erdvės finansinio mechanizmo, Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto bei rajonų savivaldybių lėšomis. Projektui planuojama skirti daugiau nei 229 tūkst. eurų.

IN ENGLISH



Refurbished and updated health care rooms in Plungė district schools and kindergartens - Nordic walking sticks and educational games purchased

Plungė district municipality is responsible for taking care of children's and students' health in education institutions. To ensure that Plungė district schools and preschools will soon enjoy updated health rooms and newly purchased interactive educational tools.

"Children and young people of the Plunge district can now choose Nordic walking, which is becoming increasingly popular, for their active leisure time - we have purchased as many as 358 pairs of Nordic walking poles. We have already carried out repairs in the health room of Plungė nursery-kindergarten "Raudonkepuraitė": we changed the floor, ceiling, and repainted the walls. Now the premises are much brighter and cozier. Children of 13 educational institutions in the Plunge district can spend their free time with new game sets for bullying prevention, daily rhythm, and psychological health education. In the near future, the health offices will be equipped with ergonomic and health-friendly work chairs and the necessary computer equipment. By the end of this year, interactive educational tools will also be purchased", says Daiva Zablockienė, the head of the Public Health Bureau of the Plungė district municipality.

If the health problems of children and youth are not solved, educational results deteriorate, it becomes more and more difficult for children to communicate with others, mental and psychological disorders develop over time, and other diseases have a significant impact on the further development of a child or a teenager. Specialists of the Public Health bureau aim to identify risks in a timely manner and seek for relevant solutions. For these reasons, the main goal of the implemented project was to ensure the well-being of children and youth by equipping the health rooms of pre-school and school education institutions with methodological tools.

Research has shown that healthy lifestyle skills inculcated from an early age last a lifetime. D. Zablockienė is happy that in the Plungė district they are starting to solve the problems of children's education, to teach them about health from an early age.

"It is not surprising that in the modern times of digital literacy and technological development, smart technologies and interactive games have already become the daily routine for kindergarteners. It will be much easier for our specialists to explain to children why and how to take care of their

health now that we have necessary tools and received trainings of using those tools. We can educate kids of why they need to avoid cigarettes, alcohol, and narcotics," says the head of the Public Health Bureau of the Plungė district municipality.

It is planned to install an interactive floor in the health offices, to purchase smart models that will help identify a person suffering from chronic lung diseases, to see the harmful effects of smoking, and a mannequin for first aid education will also be purchased. Books on managing fear, sadness, anger, and cultivating self-confidence will enable to pay more attention to own personal health and the health of those around you.

Using the available tools, children and students will be encouraged to choose a healthy lifestyle, avoid harmful habits, play sports, actively spend their free time, take care of their mental health and, if necessary, seek for help.

The Public Health Bureaus of the municipalities of Plungė and Tauragė districts are implementing the project "Equipping the health rooms of preschool and school education institutions with methodological tools in the municipalities of Plungė and Tauragė". The project is financed with the funds of the European Economic Area (EEA) Financial Mechanism 2014-2021, the state budget of the Republic of Lithuania and both participating district municipalities. It is planned to allocate more than 229 thousand to the project euros.