



# LIETUVOS RESPUBLIKOS SVEIKATOS APSAUGOS MINISTERIJOS KOMUNIKACIJOS SKYRIUS

## KAMPANIJOS

### RAMI GALVA PRIEŠ ATOSTOGAS

2024 m. komunikacijos gairės

LR sveikatos apsaugos ministerija antrus metus tęsia komunikacijos kampaniją „Rami galva prieš atostogas“, skirtą paraginti tėvus, tėvius, vaikų atstovus (toliau – tėvus) atlikti kasmetinę profilaktinę vaikų sveikatos patikrą anksčiau, nei prieš mokslo metų pradžią. Taip siekiama padėti tėvams išvengti eilių pas gydytojus ir kitų nepatogumų, pvz., skubos, streso, praleistų pamokų.

Kampanijos „Rami galva prieš atostogas“ komunikacijos gairės nustato ir apibūdina kampanijos tikslus ir sklaidos būdus, formatus.

#### 1. KOMUNIKACIJOS TIKSLAS

- 1.1. Kampanijos komunikacija turi padidinti vaikų sveikatos patikrų apimtį pavasario ir vasaros mėnesiais, išskyrus rugpjūčio mėn., kada yra patikrų piko metas.
- 1.2. Kampanija turi didinti tėvų sąmoningumą ir atsakomybę siekiant pagerinti vaikų sveikatą.
- 1.3. Kampanija turi didinti ugdymo įstaigų administracijos sąmoningumą ir atsakomybę siekiant užtikrinti, kad visi mokiniai, kurie dalyvauja bendrojo ugdymo procese, būtų laiku pasitikrinę sveikatą; būtų atsižvelgta ugdymo procese į gydytojų rekomendacijas.

#### 2. KAMPANIJOS TIKSLINĖ AUDITORIJA

Skiriamos 3 lygių komunikacijos auditorijos.

**Pagrindinė:** tėvai, vaikų ir pilnamečių mokinių tėviai, atstovai, kurių vaikai, įvaikiai lanko bendrojo ugdymo įstaigas.

Bendrojo ugdymo įstaigų administracija.

**Partnerių:** savivaldybių visuomenės sveikatos biurai, Sveikatos apsaugos ministerijos ir pavaldžių įstaigų darbuotojai.

**Visuomenės, žiniasklaidos, ekspertų:** žiniasklaidos atstovai, sveikatos priežiūros specialistų, ekspertų bendruomenė.

#### 3. PAGRINDINĖ ŽINIA



Biudžetinė įstaiga

Vilniaus g. 33

LT-01402 Vilnius

Tel. +370 800 66 004

El. p. ministerija@sam.lt, <https://sam.lrv.lt>

E. pristatymo dėžutės adresas 188603472

Duomenys kaupiami ir saugomi  
Juridinių asmenų registre

Kodas 188603472

Kampanijos šūkis „Rami galva prieš atostogas“ atskleidžia kvietimą-raginantį keisti elgesį – patikrinti vaikų sveikatą anksčiau, t. y. prieš vasaros atostogas, tuomet bus galima ramiai atostogauti. Akcentuojama emocija, patogumas, bei atskleidžiami ir kiti racionalūs ir emociniai ankstesnės sveikatos patikros privalumai: mažesnės eilės pas gydytojus; pasitikrinus anksčiau mažiau streso ir skubos prieš naujus mokslo metus; pavasarį ir vasarą galima tėvams lengviau suderinti vizito laiką pas gydytojus; šiltuoju metų laiku saugiau lankytis gydymo įstaigose – mažiau susirgimų virusinėmis ligomis; daugiau galimybių skirti daugiau dėmesio vaikų sveikatai nepraleidžiant pamokų ar kitų įsipareigojimų; neatidėjus patikros mokslo metų pradžiai, patiriama mažiau streso ir skubos.

### 3. KAMPANIJOS TRUKMĖ

Aktyvus kampanijos veiksmų etapas planuojamas **nuo 2024 m. balandžio 22 d. iki birželio 30 dienų**. Galimi kampanijos priminimo veiksmai (priminimo žinutės, žodinis priminimas) liepos, rugpjūčio mėnesiais.

### 4. KOMUNIKACIJOS VEIKLOS

Komunikacijos veiklas įgyvendina ir kuruoja Sveikatos apsaugos ministerijos Komunikacijos skyrius. Komunikacijai pasitelkiama: bendradarbiavimas su atsakingomis institucijomis, pranešimai spaudai, spaudos pusryčiai, radijo laidos, socialiniai tinklai, vidinės komunikacijos priemonės.

Kampanijos komunikacijoje ypač svarbų vaidmenį atlieka savivaldybių visuomenės sveikatos biurai.

Nuo 2024 m. balandžio 22 d. iki birželio 30 d. visuomenės sveikatos biurai dalijasi SAM parengta informacija savo socialiniuose tinkluose, siunčia ugdymo įstaigoms tam, kad ugdymo įstaigos informaciją paviešintų tėvams, vaikų tėviams per ugdymo įstaigų komunikacijos kanalus.

Pasitelkiamas bendradarbiavimas su medikų bendruomene, savivaldybių gydytojais, sveikatos priežiūros įstaigų organizacijų atstovais.

### 5. KAMPANIJOS VIZUALAI

Kampanijos komunikacijai sukurtas pagrindinis vizualas ir jo adaptacijos soc. tinklams. Vizualų publikavimo dažnumą, trukmę socialinių tinklų paskyrose kampanijos partneriai pasirenka savarankiškai.

Sukurtų kampanijos vizualų negalima koreguoti ar dėti ant jų papildomos informacijos ar logotipų.

#### Vizualai

- 1) **Plakatas**, skirtas naudoti e. būdu, atspausdinti.

Dvi plakato adaptacijos:



Biudžetinė įstaiga

Tel. +370 800 66 004

Duomenys kaupiami ir saugomi  
Juridinių asmenų registre

Vilniaus g. 33

El. p. ministerija@sam.lt, <https://sam.lrv.lt>

Kodas 188603472

LT-01402 Vilnius

E. pristatymo dėžutės adresas 188603472

- plakatas atvartas, pdf ir png formatu (png galima įterpti el. laiško turinyje),
- plakatas vertikalus, labiau tinkamas skaitymui iš mobiliųjų renginių.

- 2) Vizualai socialiniams tinklams:  
**feisbuko įrašo** (posto) vizualas,  
**feisbuko užsklandos** (cover) vizualas.

#### REKOMENDUOJAMA

Skelbiant informaciją ugdymo įstaigų soc. tinkluose, pokalbių platformose, siunčiant el. paštu ar keliant į dienynus, rekomenduojama tekstinėje informacijoje paminėti bent kelis ankstyvesnės sveikatos patikros privalumus.

Skelbiant informaciją soc. tinkluose prašome paminėti kampanijos nuorodos žymę (hashtag'ą): #RamiGalvaPriešAtostogas

*Žinutės pavyzdys, kurį galima siųsti ir ugdymo įstaigoms; šios gali siųsti tėvams.  
Tekstą galima keisti (trumpinti, papildyti) pagal siuntėjo poreikį, stilių, adresatą.*

Mieli ugdymo įstaigų vadovai / tėvai, vaikų tėviai, atstovai,

kviečiame iš anksto pasirūpinti kasmetine profilaktine vaikų sveikatos patikra. Kasmet pasitikrinti sveikatą būtina visiems mokiniams, lankantiems bendrojo ugdymo įstaigas: lopšelius, darželius, mokyklas, profesines mokyklas.

Atlikę sveikatos patikrą iš anksto – prieš vasarą, o ne prieš mokslo metus, išvengsite nepatogumų:

- ilgų eilių,
- papildomo streso ir skubos prieš naujus mokslo metus.
- Galėsite lengviau suderinti vizito laiką pas gydytojus,
- šiltuoju metų laiku saugiau lankytis gydymo įstaigose – mažiau susirgimų virusinėmis ligomis,
- galėsite skirti daugiau dėmesio vaikų sveikatai nepraleidžiant pamokų ar kitų įsipareigojimų,
- patirsite mažiau streso ir skubos.

Kasmetinė vaikų sveikatos patikra svarbi ir dėl sklaidos ugdymo proceso užtikrinimo. Jei Jūsų vaikui sveikatos patikros metu bus nustatytos specialieji sveikatos rekomendacijos (pvz., sėdėti arčiau lentos dėl regėjimo ir kt.), šią informaciją ugdymo įstaiga matys Mokinio sveikatos pažymėjime ir galės laiku ugdymo aplinką pritaikyti vaiko poreikiams.

Platesnę informaciją apie kasmetinę vaikų sveikatos patikrą rasite prisegtame dokumente arba LT sveikatos apsaugos ministerijos svetainėje: <https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/asmens-sveikatos-prieziura/motinos-ir-vaiko-sveikata/profilaktinis-vaiku-sveikatos-patikrinimas/>



Biudžetinė įstaiga

Tel. +370 800 66 004

Vilniaus g. 33

El. p. ministerija@sam.lt, <https://sam.lrv.lt>

LT-01402 Vilnius

E. pristatymo dėžutės adresas 188603472

Duomenys kaupiami ir saugomi  
Juridinių asmenų registre

Kodas 188603472

Siunčiant informaciją, galima naudoti tekstą ar jo dalis iš plakato:

### **Laiku patikrinta sveikata = rami galva prieš atostogas**

Kasmet vaikų ir pilnamečių mokinių sveikatą turi profilaktiškai patikrinti šeimos gydytojas ar vaikų gydytojas ir gydytojas odontologas ar burnos higienistas.

### **Nelaukite rugsėjo, registruokitės patikrai prieš vasarą**

1. Mažesnės eilės pas gydytojus
2. Saugiau lankytis gydymo įstaigose-vasarą mažiau sergančių virusinėmis ligomis
3. Mažiau streso ir skubos

### **Ką reikia žinoti apie Mokinio sveikatos pažymėjimą**

- Profilaktinė vaikų ir pilnamečių mokinių sveikatos patikra atliekama NEMOKAMAI.
- Aktualu vaikams iki 18 metų amžiaus ir pilnamečiams mokiniams.
- Mokinio sveikatos pažymėjimas galioja vienus metus nuo jo užpildymo datos.
- Naujas pažymėjimas gali būti išduotas dar nebaigus galioti ankstesniam pažymėjimui.
- Gydytojai įvertina vaiko psichomotorinę raidą (iki 4 metų), regėjimą, klausą, atramos judamąjį aparatą, psichikos sveikatos būklę, mitybos ir higienos įgūdžius, burnos sveikatą, pamatuoja ūgį, svorį, arterinį kraujo spaudimą, atlieka kitus reikalingus tyrimus.
- Vaiką iki 16 metų turi lydėti vienas iš tėvų arba atstovų.
- Pažymėjimas ugdymo įstaigoms matomas elektroniniu formatu.
- Pažymėjime nurodoma, ar mokinys gali dalyvauti ugdymo veikloje be apribojimų, ar reikalingos specialios rekomendacijos ir pirmosios pagalbos priemonės.

Pasitikrinus sveikatą – pirmyn sustiprėti!

Daugiau būkime gamtoje, mažiau prie ekranų  
Dažniau valgykime šviežių daržovių, uogų ir vaisių  
Daugiau grūdinkimės ir vaikščiokime basomis  
Būkime atsargūs saulėje

.....

Kontaktas pasiteiravimui

Agnė Kiškytė-Rarivanė

SAM Komunikacijos skyriaus vyr. specialistė

El. paštu [agne.kiskyte@sam.lt](mailto:agne.kiskyte@sam.lt), tel. nr. +370 655 21613



**SAM**

Biudžetinė įstaiga

Vilniaus g. 33

LT-01402 Vilnius

Tel. +370 800 66 004

El. p. [ministerija@sam.lt](mailto:ministerija@sam.lt), <https://sam.lrv.lt>

E. pristatymo dėžutės adresas 188603472

Duomenys kaupiami ir saugomi  
Juridinių asmenų registre

Kodas 188603472

[SAM Komunikacijos skyrius](#)



Biudžetinė įstaiga

Vilniaus g. 33

LT-01402 Vilnius

Tel. +370 800 66 004

El. p. [ministerija@sam.lt](mailto:ministerija@sam.lt), <https://sam.lrv.lt>

E. pristatymo dėžutės adresas 188603472

Duomenys kaupiami ir saugomi  
Juridinių asmenų registre

Kodas 188603472