

Šie metai Lietuvos sveikatą stiprinančioms mokykloms ypatingi – jos mini savo veiklos 30-metį. Jau prabėgo 30 metų, o atrodo kad taip neseniai Lietuvos mokyklos būrėsi į jį. O viskas prasidėjo 1992 metais. Europos šalys – Čekija, Slovakija, Lenkija ir Vengrija inicijavo Europos sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą (ESSMT). Jo koordinatoriais tapo Europos Tarybos, Europos Sąjungos ir Pasaulio sveikatos organizacijos Europos regiono biuras. 1997 metais buvo surengta 1-oji Europos sveikatą stiprinančių mokyklų konferencija „Sveikatą stiprinanti mokykla – investicija į švietimą, sveikatą ir demokratiją“. Ji vyko Graikijoje. Lietuva oficialiai priimta į ESSMT 1993 metais. Tai metais 10 šalies bendrojo lavinimo mokyklų tapo šio tinklo narėmis. Šiuo metu tinkle jau yra 656 ugdymo įstaigos. 2021 metais pavasarį prie šio tinklo prisijungė ir Krekenavos M. Antanaičio gimnazijos bendruomenė.

Sveikatą stiprinančios mokyklos tikslas – stiprinti mokinių ir kitų mokyklos bendruomenės narių fizinę, protinę, dvasinę sveikatą, gilinti sveikatos žinias bei formuoti sveikos gyvensenos įgūdžius, bendromis mokytojų, medikų, šeimos bei visuomenės pastangomis kurti integruotą, visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą bei sveikatai palankią aplinką.

Norėdamas atkreipti visuomenės ir visų mokyklų bendruomenių dėmesį bei tinkamai pažymėti šią sukaktį, Higienos institutas inicijavo nacionalinį renginį „Sveikatą stiprinančių mokyklų banga per Lietuvą 2023“ (toliau – „SSM banga 2023“). Šio renginio tikslas – parodyti vietos bendruomenėms, kad sveikatos stiprinimas yra neatsiejama visų mūsų gyvenimo dalis ir kad jau trisdešimt metų skleidžiama sveikatą stiprinančių mokyklų idėja keičia ir gali veikti ne tik mokinių, bet ir visos mokyklos bendruomenės sveikatą.

Krekenavos M. Antanaičio gimnazijos bendruomenėje banga nuvilnijo 3 kartus. Pirmasis renginys įvyko kovo 22 dieną – „Šokių fiesta“. Jau kelios savaitės prieš renginį mokiniai būrėsi į grupes, rinkosi patinkantį šokį, montavo muzikinį takelį, pertraukų ar laisvų pamokų metu repetuodavo. Mokiniai, dalyvaudami 4K projekte, kiekvienas prisidėjo tuo, ką moka geriausiai. Smagu buvo stebėti, kaip vaikai išitraukia į šokių ritmą. Džiaugiamės, kad mūsų kaimynai, Pociūnėlių pagrindinė mokykla, sutiko atvykti į organizuojamą šventę, kuri vyko Krekenavos kultūros centre. Salė buvo sausakimša nuo renginio dalyvių, svečių, mokytojų, tėvų. Scenoje pasirodė net 15 šokėjų grupių – nuo pirmųjų iki vienuoliktųjų. Visi pasirodymai palydėti garsiais plojimais. Sukėlėme didelę bangą. Renginio tikslas – parodyti vietos bendruomenei, kad sveikatos stiprinimas yra neatsiejama visų mūsų gyvenimo dalis, buvo pasiektas.

Balandžio mėnesį išleidome gimnazijos laikraščio „Savas“ proginį numerį. 7 klasės mokiniai kartu su jaunųjų žurnalistų būrelio vadove, lietuvių kalbos mokytoja, Rima Balčiuvienė

kalbino mokyklos bendruomenės narius apie sveikatos stiprinimo svarbą. Leidinyje galima rasti įvairių minčių, patarimų, įminti mįslių, pasiskaityti nuotaikingų istorijų apie sveikatą. Leidinį platinome Panevėžio rajono savivaldybėje, Panevėžio miesto visuomenės sveikatos biure, Krekenavos seniūnijoje, lopšelyje-darželyje „Sigutė“, Krekenavos pirminės sveikatos priežiūros centre, Smilgių, Velžio, Ramygalos gimnazijose ir kt.

Trečioji banga nuvilnijo gegužės 16 dieną renginio metu „Sveika šeima“. Renginys prasidėjo Panevėžio rajono mero ir gimnazijos direktoriaus sveikinimais. Vėliau vaikai su „Mimo teatro“ aktorais Braškyte ir Brokoliuku, leidosi į nepaprastą kelionę ieškant 7 sveikatos stebuklų. Čia jie atrado svarbiausius sveikos gyvensenos elementus: sveiką mitybą, ekologiškų produktų vartojimą, fizinį aktyvumą, emocijų valdymą, kokybišką miegą ir poilsį, dantukų priežiūrą ir asmens higieną, tausojantį gyvenimo būdą. Kiekvienoje stebuklingoje stotelėje mokiniai sprendė užduotis, atliko mankštą, atrado neregėtus stebuklus. Toliau keliavome į sporto salę, kur skambant smagiai muzikai edukatorė Eglė sukvietė visus prisijungti į flešmobą. Linksmi pajudėję ir sukėlę didelę sveikatos bangą kibome į dar vieną veiklą. Vaikai su tėveliais sodino „Šeimos sveikatos augalą“. Dalyviai dekoravo savo augalo vazonėlį, bėrė sėklytes ir laistė. Augalą puošė vėjo malūnėliais. Po kūrybinės veiklos visi renginio dalyviai atsigavino nepaprastu obuolių kokteiliu. Didžioji renginio kulminacija buvo vaisės, arbata ir burbulų fiesta.

Nors mūsų mokykla prie šios organizacijos prisijungė neseniai. Labai džiaugiamės galėdami prisidėti prie SSM bangos 2023 ir toliau stiprinti visos bendruomenės sveikatą. Tikimės, kad rudenį ir Krekenavos lopšelio – darželio „Sigutė“ bendruomenė prisijungs prie mūsų šaunaus būrio.

Visuomenės sveikatos specialistė Aušra Džiugelytė

