

Interreg



Co-funded by
the European Union

Latvia – Lithuania

TARPVALSTYBINĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENOS ĮGYVENDINIMO METODOLOGIJA

2025

Ivadas

Ši metodika parengta siekiant sukurti vieningą, standartizuotą ir aiškią struktūruotą visuomenės sveikatos elgsenos stebėsenos sistemą Latvijos ir Lietuvos savivaldybių lygmeniu. Ji veikia kaip praktinis vadovas sveikatos stiprinimo specialistams, institucijoms ir projekto partneriams, dalyvaujantiems duomenų rinkimo, analizės ir rezultatų interpretavimo procesuose. Metodika nustato pagrindinius principus, būtinus kokybiškai, palyginamai ir įrodymais grįstai informacijai rinkti apie gyventojų fizinio aktyvumo įpročius, mitybą, psichikos sveikatą, priklausomybes, traumų rizikas ir ligų prevencijos elgseną.

Stebėsenos sistema sukurta taip, kad suteiktų išsamų vietos bendruomenių sveikatos vaizdą ir sudarytų pagrindą tarpvalstybiniam Latvijos ir Lietuvos palyginimams. Toks požiūris leidžia nustatyti bendras tendencijas, regioninius skirtumus ir specifinius poreikius, darančius reikšmingą įtaką sveikatos politikos planavimui ir išteklių paskirstymui. Metodikoje pateikiami įrankiai — anketa, analizės matricos ir stebėsenos ciklas — padeda savivaldybėms priimti pagrįstus sprendimus, remiantis aktualiais ir sistemingai surinktais duomenimis.

Dokumentas veikia ne tik kaip techninė instrukcija, bet ir kaip strateginis įrankis ilgalaikiam sveikatos stiprinimo procesų tobulinimui. Jis skatina bendradarbiavimą tarp abiejų valstybių, užtikrina bendrą supratimą apie sveikatos duomenų svarbą ir padeda formuoti koordinuotą prieigą prie visuomenės sveikatos stebėsenos.

Metodika parengta siekiant užtikrinti vientisą visuomenės sveikatos elgsenos stebėsenos modelį Latvijos ir Lietuvos tarpvalstybinio bendradarbiavimo kontekste. Joje nustatoma:

- kaip organizuoti duomenų rinkimo procesą,
- kaip užtikrinti duomenų palyginamumą tarp valstybių,
- kaip atlikti kiekybinę ir kokybinę analizę,
- kaip interpretuoti rezultatus ir taikyti juos politikos planavime.

Metodika taikoma tiek savivaldybių sveikatos stiprinimo specialistams, tiek projekto partneriams, dalyvaujantiems stebėsenos sistemos įgyvendinime.

TURINYS

Stebėsenos sistemos tikslai	4
Tikslinės grupės	4
Duomenų rinkimo principai	5
Anonimiškumas ir duomenų sauga	5
Duomenų apdorojimas ir analizė	6
Rezultatų taikymas sveikatos stiprinime	6
Duomenų analizės matricos	7
Priedai	8

Stebėsenos sistemos tikslai

Pagrindinis visuomenės sveikatos stebėsenos sistemos tikslas yra reguliariai ir sistemingai rinkti duomenis apie gyventojų sveikatos elgseną, rizikos veiksnius, poreikius ir elgsenos tendencijas. Šis procesas suteikia savivaldybėms ir sveikatos stiprinimo specialistams galimybę priimti pagrįstus sprendimus, planuoti veiksmingas ir tikslines intervencijas bei užkirsti kelią sveikatos rizikoms arba jas sumažinti, ypač tose gyventojų grupėse, kur jos pasireiškia dažniausiai. Stebėseną leidžia nustatyti ne tik esamą padėtį, bet ir ilgalaikius gyventojų elgsenos pokyčius, pavyzdžiui, fizinio aktyvumo, mitybos, psichikos sveikatos ar priklausomybių srityse.

Svarbus sistemos tikslas yra taip pat užtikrinti Latvijos ir Lietuvos tarpusavio duomenų palyginamumą, kuris leidžia identifikuoti bendras problemas, regiono specifinius iššūkius ir įvertinti abiejų valstybių įgyvendinamų sveikatos stiprinimo priemonių veiksmingumą. Stebėseną veikia kaip priemonė, padedanti institucijoms geriau suprasti, kuriose srityse būtini papildomi išteklių, kur reikalingas intensyvesnis švietėjiškas darbas, kokių paslaugų trūksta arba kokias naujas iniciatyvas reikėtų įgyvendinti. Rezultate ši sistema skatina strateginį planavimą, įrodymais grįstų sprendimų priėmimą ir ilgalaikį gyventojų sveikatos bei gerovės gerinimą.

Tikslinės grupės

Stebėsenos sistema sukurta taip, kad apimtų kuo platesnę ir įvairesnę visuomenės dalį. Pagrindinė tikslinė grupė yra suaugę gyventojai nuo 18 metų, nes jie gali pateikti patikimą ir įvairiapusę informaciją apie savo sveikatos elgseną ir dažnai patiria reikšmingus gyvenimo būdo rizikos veiksnius. Kartu ypatingas dėmesys skiriamas tam tikroms sociodemografinėms grupėms, tokioms kaip jaunimas, senjorai ir asmenys, sergantys lėtinėmis ligomis, nes jų sveikatos įpročiai ir poreikiai reikšmingai skiriasi ir reikalauja diferencijuotų priemonių.

Stebėsenos sistemoje atskirai įtraukta papildoma dalis moterims, kurios pastaraisiais metais buvo nėščios arba turi mažų vaikų. Ši grupė suteikia itin vertingos informacijos apie prenatalinės ir ankstyvosios tėvystės kompetencijas, sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumą ir paramos sistemų veiksmingumą. Kadangi tėvų žinios ir sveikatos elgsena daro tiesioginę įtaką vaiko raidai ir sveikatai, šios grupės įtraukimas į stebėseną yra ypač reikšmingas.

Stebėsenos tikslinė grupė apima įvairius socialinius ir ekonominius sluoksnius, tautybes ir išsilavinimo lygius, taip užtikrinant tarpvalstybinį duomenų palyginamumą ir

realistišką visuomenės sveikatos situacijos atspindį tiek Latvijos, tiek Lietuvos savivaldybėse.

Duomenų rinkimo principai

Duomenų rinkimas organizuojamas remiantis vieningais ir standartizuotais principais, siekiant užtikrinti rezultatų patikimumą ir palyginamumą tarp savivaldybių ir valstybių. Vienas iš pagrindinių principų yra sinchroniškas duomenų rinkimas Latvijoje ir Lietuvoje, kuris leidžia tiksliai palyginti gyventojų elgsenos tendencijas, atsižvelgiant į sezoninius, socialinius ir ekonominius pokyčius. Rekomenduojama duomenis rinkti bent kartą per metus, kad būtų galima stebėti dinamiškus sveikatos elgsenos svyravimus.

Duomenys renkami taikant dvi metodų grupes: elektronines apklausas ir popierines anketas. Elektroninės formos ypač veiksmingos darbingo amžiaus gyventojams, jaunimui ir miestų bendruomenėms, tuo tarpu popierinės anketos užtikrina prieinamumą senjorams, ribotų skaitmeninių įgūdžių turintiems asmenims ir poliklinikų, socialinių paslaugų centrų bei bendruomenės erdvių lankytojams. Toks kombinuotas požiūris leidžia pasiekti platesnį respondentų spektrą ir sumažina atrankos šališkumą.

Svarbus principas yra ir anketos prieinamumas keliomis kalbomis, jei to reikia konkrečiame regione (pvz., latvių, lietuvių, rusų, anglų). Tai ženkliai pagerina duomenų kokybę ir gyventojų įsitraukimą.

Be to, siekiant užtikrinti atviras ir nuoširdžias gyventojų reakcijas, duomenų rinkimas vykdomas visiškai anonimiškai, nerenkant jokių asmens identifikavimo duomenų. Konfidencialumo užtikrinimas yra esminė sąlyga, motyvuojanti gyventojus pateikti tikslūs atsakymus ir sudaranti patikimą pagrindą tolesnei duomenų analizei.

Anonimiškumas ir duomenų sauga

Anonimiškumo užtikrinimas yra vienas iš pagrindinių visuomenės sveikatos stebėsenos sistemos principų, nes sąžiningus ir atvirus atsakymus galima gauti tik tuomet, kai respondentai jaučiasi saugūs ir apsaugoti. Anketoje nėra renkama jokia asmeninė informacija, kuri galėtų identifikuoti konkretų asmenį — neprašoma nurodyti vardo, pavardės, kontaktinių duomenų ar kitos jautrios informacijos. Surinkti duomenys naudojami tik statistiniams tikslams ir analizuojami tik apibendrintu, o ne individualiu lygmeniu.

Duomenų sauga užtikrinama ir techniniu lygmeniu: skaitmeniniai duomenys saugomi tik savivaldybių ar projekto partnerių saugiuose serveriuose, prie kurių prieigą turi tik įgalioti specialistai. Lietuva ir Latvija tarpusavyje keičiasi tik anonimizuotais, vienodos struktūros duomenų rinkiniais.

Duomenų apdorojimas ir analizė

Duomenų apdorojimas atliekamas dviem tarpusavyje papildančiomis kryptimis – kiekybine ir kokybine analize.

Kiekybinė analizė:

Uždari klausimai analizuojami taikant procentinių pasiskirstymų metodus, santykinius rodiklius, amžiaus ir lyties grupių palyginimus, taip pat teritorinius (LV–LT) palyginimus. Esant poreikiui, galima tirti ilgalaikes tendencijas, ypač jei stebėsena vykdoma keletą metų iš eilės. Kiekybinė analizė sudaro pagrindą objektyviems sprendimams dėl sveikatos stiprinimo prioritetų ir išteklių paskirstymo.

Kokybinė analizė:

Atviri klausimai leidžia identifikuoti problemas, kurios ne visada atsiskleidžia skaitiniais rodikliais — pavyzdžiui, psichologines barjeras, socialines kliūtis, informacijos stoką ar sisteminius paslaugų prieinamumo trūkumus. Atsakymai grupuojami temomis, nustatant dažniausiai minimus sunkumus ir gyventojų pasiūlymus. Tokia analizė padeda formuoti žmonių poreikiais grįstą sveikatos politiką.

Apjungus abi analizes, savivaldybės ir partneriai gauna daugiasluoksnį ir tikslų visuomenės sveikatos situacijos vaizdą.

Rezultatų taikymas sveikatos stiprinime

Gauti duomenys yra esminis įrankis savivaldybių sveikatos stiprinimo planavime. Analizės rezultatai leidžia nustatyti, kurios tikslinės grupės labiausiai susiduria su mažu fiziniu aktyvumu, nesveika mityba, psichikos sveikatos sunkumais ar padidėjusia traumų rizika. Remiantis šiais duomenimis galima rengti tikslius veiksmų planus, pavyzdžiui, papildomas užsiėmimų programas senjorams, sveikos mitybos edukacines veiklas jaunimui ar saugumo kampanijas šeimoms, auginančioms mažus vaikus.

Bendri Latvijos ir Lietuvos duomenys suteikia galimybę nustatyti regioninius ypatumus ir kurti tarpvalstybines iniciatyvas – pavyzdžiui, bendras sveikatos dienas,

bėgimo renginius, informacines kampanijas ar sveikatos stiprinimo projektus, jungiančius abiejų šalių gyventojus. Rezultatai taip pat tampa pagrindu finansavimo pritraukimui ir ataskaitų rengimui apie įgyvendintas veiklas projektuose.

Duomenų analizės matricos

Duomenų analizės matricos yra vienas iš pagrindinių visuomenės sveikatos stebėsenos sistemos praktinio įgyvendinimo įrankių. Jos suteikia struktūruotą būdą apibendrinti ir interpretuoti surinktus duomenis, paverčiant juos aiškiomis, lengvai suprantamomis ir praktikoje taikomomis kategorijomis. Kiekvienoje matricoje indikatoriai išdėstomi pagal rizikos lygius, interpretavimo kriterijus ir atitinkamas rekomenduojamas veiksmų kryptis, todėl specialistai gali greitai nustatyti svarbiausias problemas ir reikalingas intervencijas. Tai ypač svarbu dirbant su didelės apimties ir įvairiais duomenimis, kai būtinas nuoseklus ir operatyvus vertinimas.

Duomenų analizės matricos užtikrina vieningą ir standartizuotą rezultatų interpretavimo metodiką tiek Latvijoje, tiek Lietuvoje. Naudojant identiškus kriterijus ir apibrėžtis, specialistams sudaroma galimybė palyginti rezultatus tarp regionų ir valstybių, nustatyti bendras tendencijas ir skirtumus, taip pat tiksliau įvardyti prioritetines sritis, kuriose būtinas tarpvalstybinis bendradarbiavimas. Toks požiūris žymiai padidina stebėsenos sistemos patikimumą ir užtikrina, kad sprendimai būtų priimami remiantis vienodais, įrodymais grįstais principais.

Be to, matricos veikia kaip ryšio grandis tarp duomenų ir praktinio veiklos planavimo. Jos pateikia ne tik situacijos įvertinimą, bet ir konkrečias, įgyvendinamas rekomendacijas, susijusias su rizikų mažinimu, sveikatos stiprinimo priemonių įgyvendinimu ir tikslinių grupių pasiekimu. Tokiu būdu duomenų analizės matricos padeda paversti abstrakčius rodiklius aiškiomis veiklos kryptimis, leidžiančiomis specialistams efektyviau planuoti ir įgyvendinti prevencijos bei sveikatos stiprinimo programas. Tai daro matricų taikymą neatsiejama metodikos dalimi ir praktiškai svarbiu įrankiu savivaldybių bei tarpvalstybinių sveikatos specialistų kasdienėje veikloje.

Priedai

Fizinio aktyvumo matrica

Indikatorius	Matavimas	Rizikos grupė	Rekomenduojama veikla
Aktyvumo dažnis	0–2 dienos per savaitę	Žemas fizinis aktyvumas	Nemokami užsiėmimai, trenerių įtraukimas
Aktyvumo tipas	Nėra fizinio aktyvumo	Sėdimas gyvenimo būdas	Pasivaikščiojimų ir šiaurietiško ėjimo grupės
Kliūtys	Laiko stoka, motyvacijos trūkumas	Dirbantieji	Trumpi užsiėmimai darbo vietose

Sveikos mitybos matrica

Indikatorius	Žema reikšmė	Interpretacija	Rekomenduojama veikla
Daržovių vartojimas	<3 kartus per savaitę	Nepakankama mityba	Patyriminiai maisto gaminimo užsiėmimai
Saldinti gėrimai	≥1 kartą per dieną	Didelis cukraus vartojimas	Jaunimui skirtos informacinės kampanijos
Savarankiškas mitybos vertinimas	„Nesveikai“	Žemas supratimas apie mitybą	Mitybos specialistų konsultacijos

Psichikos sveikatos matrica

Indikatorius	Problema	Interpretacija	Rekomendacija
Streso dažnumas	dažnai	emocinis pavojus	Relaksacijos užsiėmimai
Socialinė parama	nėra	socialinė izoliacija	Bendruomeninė psichologinė pagalba
Pagalbos ieškojimas	nesikreipia	stigma	Anoniminės konsultacijos

Priklausomybių matrica

Indikatorius	Rizika	Interpretacija	Rekomenduojama veikla
Rūkymas	kasdien	priklausomybė	Rūkymo metimo programos
Alkoholio vartojimas	dažnas	sveikatos rizika	Konsultacijos, pagalbos grupės
Energetiniai gėrimai	reguliariai	širdies veiklos rizika	Jaunimo švietimas

Traumų prevencijos matrica

Rodiklis	Rizika	Interpretacija	Rekomenduojama veikla
Traumos per metus	≥1	saugumo trūkumas	Saugos auditai
Traumos vieta	namai	buitinė rizika	Informacinė medžiaga
Saugos sprendimai	nėra	padidėjusi rizika	Dūmų detektorių įrengimas

Reprodukcinės sveikatos matrica

Rodiklis	Rizika	Interpretacija	Rekomenduojama veikla
Informuotumas	žemas	žinių trūkumas	Šviečiamoji medžiaga
Paslaugų prieinamumas	žemas	prieigos barjerai	Anoniminės konsultacijos
Poreikiai	yra	reikalinga papildoma pagalba	Specialistų konsultacijos

Lėtinių ligų profilaktikos matrica

Rodiklis	Rizika	Interpretacija	Rekomenduojama veikla
Profilaktiniai patikrinimai	reti	pavėluota diagnostika	Profilaktinės akcijos
Skriningas	nedalyvauja	žemas supratimas	Informacinės kampanijos
Paslaugų prieinamumas	žemas	sistemos barjeras	Paslaugų prieinamumo gerinimas

Gyventojų sveikatos elgsenos apklausa

Ši anketa yra Latvijos ir Lietuvos bendros visuomenės sveikatos stebėsenos iniciatyvos dalis. Jos tikslas – nustatyti gyventojų sveikatos elgseną, poreikius ir gyvenimo būdo ypatumus. Surinkti anoniminiai duomenys padės savivaldybėms planuoti tinkamas sveikatos stiprinimo veiklas ir gerinti paslaugų prieinamumą.

Instrukcija:

Apklausa yra anoniminė, o jos užpildymas užtruks maždaug 7–10 minučių. Prašome atsakyti kiek įmanoma nuoširdžiau ir pasirinkti tuos variantus, kurie tiksliausiai atspindi Jūsų situaciją.

Jeigu kuris nors klausimas Jums netaikomas, pasirinkite parinktį „Nesu susidūręs(-usi)“ arba palikite jį tuščią (jei tai leidžiama).

SOCIALINĖ–DEMOGRAFINĖ INFORMACIJA

1. Jūsų lytis:

☐ Moteris ☐ Vyras ☐ Kita / nenoriu nurodyti

2. Jūsų amžiaus grupė:

☐ <18 ☐ 18–24 ☐ 25–34 ☐ 35–44 ☐ 45–54 ☐ 55–64 ☐ 65+

3. Gyvenamoji vieta:

☐ Daugpilio miestas ☐ Daugpilio rajonas ☐ Kita

4. Užsiėmimas:

☐ Dirbantis (-i) ☐ Studijuojantis (-i) ☐ Pensininkas (-ė) ☐ Bedarbis (-ė) ☐ Kita

5. Išsilavinimo lygis:

☐ Pagrindinis ☐ Vidurinis ☐ Profesinis ☐ Aukštasis

6. Su kuo gyvenate kartu?

☐ Gyvenu vienas (-a) ☐ Su partneriu ☐ Su vaikais ☐ Su giminaičiais

7. Ar turite lėtinių ligų?

☐ Taip ☐ Ne

Jeigu taip, kokių? _____

FIZINIS AKTYVUMAS

1. Kiek dienų per savaitę užsiimate fizine veikla bent 30 minučių?
☐ 0 ☐ 1–2 ☐ 3–4 ☐ 5+
2. Kokios fizinės veiklos dažniausiai užsiimate?
☐ Pasivaikščiojimai ☐ Šiaurietiškas ėjimas ☐ Mankštos namuose ☐ Sporto salė ☐ Plaukimas ☐ Kita _____
3. Kas Jums dažniausiai trukdo užsiimti fizine veikla?
☐ Laiko stoka ☐ Sveikatos problemos ☐ Motyvacijos stoka ☐ Nėra tinkamos vietos ☐ Kita
4. Ar dalyvaujate savivaldybės organizuojamuose sveikatinimo užsiėmimuose?
☐ Reguliariai ☐ Kartais ☐ Ne
5. Ar Jus domintų dalyvauti nemokamuose fizinio aktyvumo užsiėmimuose?
☐ Taip ☐ Galbūt ☐ Ne
6. Kokie užsiėmimai Jus domintų?

SVEIKA MITYBA

1. Kaip dažnai valgote daržoves ir vaisius?
☐ Kasdien ☐ 3–4 kartus per savaitę ☐ Rečiau
2. Kaip dažnai vartojate saldintus gėrimus?
☐ Kasdien ☐ 1–3 kartus per savaitę ☐ Rečiau ☐ Niekada
3. Kaip vertinate savo mitybos įpročius?
☐ Labai sveiki ☐ Gana sveiki ☐ Vidutiniai ☐ Nesveiki
4. Ar žinote „sveikos lėkštės“ principą?
☐ Taip ☐ Esu girdėjęs (-usi) ☐ Ne
5. Kas trukdo Jums maitintis sveikiau?
☐ Laiko stoka ☐ Kaina ☐ Žinių trūkumas ☐ Įpročiai ☐ Niekas

PSICHIKOS SVEIKATA

1. Kaip dažnai per pastarąsias 2 savaites jautėtės prislėgtas / patyrėte stresą?
☐ Beveik kasdien ☐ Dažnai ☐ Kartais ☐ Retai
2. Ar turite su kuo pasikalbėti sunkiais momentais?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne

3. Kokius būdus naudojate streso mažinimui?

☐ Pasivaikščiavimai ☐ Pokalbiai ☐ Fizinė veikla ☐ Kvėpavimo / relaksacijos technikos ☐ Nenaudoju jokių

4. Ar per pastaruosius metus kreipėtės į psichologą?

☐ Taip ☐ Ne, bet reikėtų ☐ Ne

5. Ar Jums būtų reikalingi nemokami užsiėmimai psichikos sveikatai?

☐ Taip ☐ Galbūt ☐ Ne

6. Kas labiausiai veikia Jūsų emocinę savijautą?

PRIKLAUSOMYBIŲ MAŽINIMAS

1. Ar Jūs rūkote?

☐ Taip ☐ Kartais ☐ Ne

2. Ar kas nors namuose rūko Jūsų akivaizdoje?

☐ Taip ☐ Ne

3. Kaip dažnai vartojate alkoholį?

☐ Niekada ☐ <1 kartą per mėnesį ☐ 1–3 kartus per mėnesį ☐ Dažniau

4. Ar per pastaruosius metus bandėte mažinti žalingus įpročius?

☐ Taip ☐ Ne

5. Ar vartojate energinius gėrimus?

☐ Taip ☐ Kartais ☐ Ne

6. Ar Jus domintų pagalba mažinant žalingus įpročius?

☐ Taip ☐ Galbūt ☐ Ne

TRAUMŲ PREVENCIJA IR SAUGA

1. Ar per pastaruosius metus patyrėte traumą, dėl kurios reikėjo medicininės pagalbos?

☐ Taip ☐ Ne

2. Kur dažniausiai patiriate traumas?

☐ Namuose ☐ Sportuojant ☐ Viešose vietose ☐ Darbe

3. Ar Jūsų namuose yra saugos priemonės (neslystantys kilimėliai, dūmų detektoriai)?

☐ Taip ☐ Kai kurios ☐ Ne

4. Ar Jums būtų naudinga konsultacija apie saugą namuose?

☐ Taip ☐ Galbūt ☐ Ne

LĖTINIŲ LIGŲ PROFILAKTIKA

1. Kaip dažnai atliekate profilaktinius sveikatos patikrinimus?
☐ Kartą per metus ☐ Kartais ☐ Labai retai ☐ Niekada
2. Kada paskutinį kartą lankėtės pas šeimos gydytoją profilaktinei apžiūrai?
☐ <1 metai ☐ 1–3 metai ☐ >3 metai ☐ Nepamenu
3. Ar dalyvaujate valstybinėse patikros (skriningo) programose?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne
4. Ar Jums lengva gauti sveikatos priežiūros paslaugas?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne
5. Ar žinote, kur rasti patikimą informaciją apie sveikatą?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne
6. Kokios sveikatos stiprinimo veiklos Jums būtų naudingos?

SEKSUALINĖ IR REPRODUKcinė sveikata

1. Ar jaučiatės pakankamai informuotas šiais klausimais?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne
2. Ar žinote, kur galima gauti konfidencialią konsultaciją?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne
3. Kaip saugiai jaučiatės gaudami reprodukcinės sveikatos paslaugas?
☐ Labai saugiai ☐ Iš dalies ☐ Nesaugiai
4. Ar per pastaruosius metus kilo klausimų, dėl kurių norėtumėte pasikonsultuoti?
☐ Taip ☐ Ne

PAPILDOMA DALIS TIK MOTERIMS

1. Ar per pastaruosius 5 metus buvote nėščia?
☐ Taip ☐ Ne

Jei atsakymas „Taip“:

2. Ar gavote pakankamai informacijos nėštumo metu?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne
3. Ar pirmaisiais kūdikio gyvenimo metais parama buvo pakankama?
☐ Taip ☐ Iš dalies ☐ Ne
4. Kokios papildomos pagalbos reikėtų jauniems tėvams?