

PALANGOS MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO SPALIO MĖNESI NUMATOMŲ VYKDYTI SVEIKATINIMO VEIKLŲ TVARKARAŠTIS

VEIKLA	DATA IR LAIKAS	VIETA	KONTAKTAI, PASTABOS
Bendruomenės sveikatos stiprinimas			
Šokiai su Lina <i>Skirta 55+ m. amžiaus asmenims</i> *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“	2020-10-09 2020-10-16 2020-10-23 2020-10-30 18.30 val.	Palangos švietimo pagalbos tarnyba, Vasario 16-osios g. 6, Palanga <i>Tren. Lina Vaitkutė</i>	Informacija ir išankstinė registracija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt
Zumba <i>Skirta 55+ m. amžiaus asmenims</i> *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“	2020-10-07 2020-10-14 2020-10-21 2020-10-28 18.00 val.	Palangos švietimo pagalbos tarnyba, Vasario 16-osios g. 6, Palanga <i>Tren. Neringa Steponavičienė</i>	Informacija ir išankstinė registracija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt
Joga su Tai Chi elementais <i>Skirta 55+ m. amžiaus asmenims</i> *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių	2020-10-01 2020-10-08 2020-10-15 2020-10-22 2020-10-29 18.00 val.	Viešbutis „Amberton Green apartments“, M.Valančiaus g. 1, Palanga	Informacija ir išankstinė registracija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt

įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“		<i>Tren. Roberta Bikuličienė</i>	
Individualios psichologo konsultacijos	<i>Data ir laikas derinami individualiai</i>	<i>Vieta bus tikslinama</i>	Informacija ir išankstinė registracija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt
Dailės terapija <i>Skirta 45+ m. amžiaus asmenims</i> *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“	2020-10-07 2020-10-14 2020-10-21 <i>18.00 val.</i>	Viešbutis „Mūza“, Virbališkės tak. 2, Palanga <i>Lekt. Teresa Sausaitis</i>	Informacija ir išankstinė registracija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt
Šiaurietiško ėjimo užsiėmimai	2020-10-06 2020-10-13 2020-10-20 2020-10-27 <i>17.30 val.</i>	Šalia vaikų žaidimo aikštelės, Šermukšnių g. 28, Palanga <i>Lekt. Indrė Steponavičienė</i>	Informacija ir išankstinė registracija: tel. 8 624 57 998 el. paštas aktyvumas@palangosvsb.lt
Šiaurietiško ėjimo žygis senjorams	2020-10-01 <i>14.30 val.</i>	Šalia vaikų žaidimo aikštelės, Šermukšnių g. 28, Palanga <i>Tren. Indrė Steponavičienė</i>	Informacija ir išankstinė registracija: tel. 8 624 57 998 el. paštas aktyvumas@palangosvsb.lt
Seminaras apie COVID – 19 mokyklų bendruomenėms	2020-10-08 <i>Laikas bus tikslinamas</i>	Palangos švietimo pagalbos tarnyba, Vasario 16-osios g. 6, Palanga	Informacija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt

<p>Psichikos sveikatos kompetencijų didinimo mokymai</p>	<p>2020-10-05 2020-10-12</p> <p>9.30 val.</p> <p>2020-10-09 2020-10-16 2020-10-23</p> <p>9.00 val.</p>	<p>Įstaigos, su kuriomis sudarytos bendradarbiavimo sutartys</p>	<p>Informacija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt</p>
<p>Paskaita „Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos veiksniai ir jų profilaktika“ *Sveikatos stiprinimo programa, skirta širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, finansuojama iš Palangos miesto savivaldybės biudžeto lėšų</p>	<p>2020-10-14</p> <p>17.30 val.</p>	<p>Palangos miesto viešoji biblioteka, Vytauto g. 61, Palanga</p> <p><i>Lekt. Narseta Mickuvienė</i></p>	<p>Informacija: tel. 8 624 57 998 el. paštas aktyvumas@palangosvsb.lt</p>
<p>Paskaita „Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Sveikatai palankaus maisto gaminimo principai“ *Sveikatos stiprinimo programa, skirta širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, finansuojama iš Palangos miesto savivaldybės biudžeto lėšų</p>	<p>2020-10-21 2020-10-22 2020-10-23</p> <p>17.00 val.</p>	<p>Palangos miesto viešoji biblioteka, Vytauto g. 61, Palanga</p> <p><i>Lekt. Deimantė Rapalytė</i></p>	<p>Informacija: tel. 8 624 57 998 el. paštas aktyvumas@palangosvsb.lt</p>
<p>Paskaita „Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ir cukrinio diabeto profilaktikai“ *Sveikatos stiprinimo programa, skirta širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto</p>	<p>2020-10-26</p> <p>17.30 val.</p>	<p>Palangos miesto viešoji biblioteka, Vytauto g. 61, Palanga</p>	<p>Informacija: tel. 8 624 57 998 el. paštas aktyvumas@palangosvsb.lt</p>

profilaktikai, finansuojama iš Palangos miesto savivaldybės biudžeto lėšų		<i>Lekt. Andrius Bajoras</i>	
Paskaita „Streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto atsiradimui. Streso valdymas“ *Sveikatos stiprinimo programa, skirta širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, finansuojama iš Palangos miesto savivaldybės biudžeto lėšų	2020-10-29 <i>17.00 val.</i>	Palangos miesto viešoji biblioteka, Vytauto g. 61, Palanga <i>Lekt. Vytautė Kuktienė</i>	Informacija: tel. 8 624 57 998 el. paštas aktyvumas@palangosvsb.lt
Vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimas			
Prevencinė programa „Paauglių motyvacijos ir savivertės stiprinimas“ *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“	<i>Data ir laikas derinami su ugdymo įstaigomis</i>	Palangos ugdymo įstaigos <i>Lekt. „Juodos Avys“</i>	Informacija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt
Paskaita-praktinis užsiėmimas „Savęs pažinimas“ *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių	<i>Data ir laikas derinami su ugdymo įstaigomis</i>	Palangos ugdymo įstaigos	Informacija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt

asmenims Palangos miesto savivaldybėje“		<i>Lekt. Daiva Bartašienė</i>	
Lytiškumo ugdymo tema vyresnių klasių moksleiviams *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“	<i>Data ir laikas derinami su ugdymo įstaigomis</i>	Palangos ugdymo įstaigos <i>Lekt. Donatas Grigalis</i>	Informacija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt
Sąmoningumo žaidimas *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“	<i>Data ir laikas derinami su ugdymo įstaigomis</i>	Palangos ugdymo įstaigos <i>Lekt. Inesa Bundulienė</i>	Informacija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt
Paskaita - diskusija "Pykčio valdymas" *Veikla finansuojama iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų lėšų bendrai finansuojamo projekto Nr. 08.4.2-ESFA-R-630-31-0007 „Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje“	<i>Data ir laikas derinami su ugdymo įstaigomis</i>	Palangos ugdymo įstaigos <i>Lekt. Daiva Bartašienė</i>	Informacija: tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt

- Bendruomenės sveikatos stiprinimą organizuoja visuomenės sveikatos stiprinimo specialistė Agnė Leonavičiūtė (tel. 8 663 61 420, el. paštas stiprinimas@palangosvsb.lt).
- Vaikų ir jaunimo veiklas organizuoja vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistė Daiva Bartašienė (tel. 8 687 42 358, el. paštas jaunimas@palangosvsb.lt).

Daugiau informacijos apie vykdomas veiklas galite rasti Facebook paskyroje www.facebook.com/palangosvsb.

Jeigu ir Jūs norite prisidėti prie sveikatinimo veiklų, maloniai kviečiame bendradarbiauti su Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuru! Kreipkitės tel. 8 663 61 420 arba el. paštu info@palangosvsb.lt.

Informacija atnaujinta: 2020-10-01