

**PALANGOS MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2021 M. KOVO MĖNESI NUMATOMŲ VYKDYTI  
SVEIKATINIMO VEIKLŲ TVARKARAŠTIS**

| VEIKLA                                                              | DATA IR LAIKAS                                                                                                                        | VIETA                                                                                    | KONTAKTAI, PASTABOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Bendruomenės sveikatos stiprinimas</b>                           |                                                                                                                                       |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b><u>Nuotoliniai šokio užsiėmimai</u></b>                          | 2021-03-04<br>2021-03-11<br>2021-03-18<br>2021-03-25<br><br><b>18.30 val.</b>                                                         | Nuotoliniu būdu<br><br><br><br><br><i>Tren. Lina Vaitkutė</i>                            | <b>Informacija:</b><br>tel. 8 663 61 420,<br>el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a><br><b>Prisijungimo nuorodą rasite:</b><br><a href="https://www.palangosvsb.lt/nuotoliniai-sokio-uzsiemimai/">https://www.palangosvsb.lt/nuotoliniai-sokio-uzsiemimai/</a><br>(aktyvi visiems, registracija nereikalinga)!                                           |
| <b><u>Nuotolinės bendro fizinio pasirengimo treniruotės</u></b>     | 2021-03-02<br>2021-03-04<br>2021-03-09<br>2021-03-16<br>2021-03-18<br>2021-03-23<br>2021-03-25<br>2021-03-30<br><br><b>18.00 val.</b> | Nuotoliniu būdu<br><br><br><br><br><br><br><i>Tren. Palangos sporto centro treneriai</i> | <b>Informacija:</b><br>Tel. 8 624 57998,<br>el.paštas <a href="mailto:aktyvumas@palangosvsb.lt">aktyvumas@palangosvsb.lt</a><br><b>Prisijungimo nuorodą rasite:</b><br><a href="https://www.palangosvsb.lt/nuotolines-bendro-fizinio-pasirengimo-treniruotes/">https://www.palangosvsb.lt/nuotolines-bendro-fizinio-pasirengimo-treniruotes/</a><br>(aktyvi visiems, registracija nereikalinga)!       |
| <b><u>Paskaita „Burnos būklė - žmogaus sveikatos veidrodis“</u></b> | 2021-03-03<br><br><br><br><br><b>18.00 val.</b>                                                                                       | Nuotoliniu būdu<br><br><br><br><br><i>Lekt. Jurgita Andruškienė</i>                      | <b>Informacija:</b><br>tel. 8 663 61 420,<br>el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a><br><b>Prisijungimo nuorodą rasite:</b><br><a href="https://www.palangosvsb.lt/paskaita-burnos-bukle-zmogaus-sveikatos-veidrodis/">https://www.palangosvsb.lt/paskaita-burnos-bukle-zmogaus-sveikatos-veidrodis/</a><br>(aktyvi visiems, registracija nereikalinga)! |

|                                                                                                                                                    |                                                                                   |                                                                                                           |                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Paskaita „Kūno kalba – kodėl svarbu ją suprasti?“</u></b>                                                                                    | 2021-03-15<br><br><b>18.00 val.</b>                                               | Nuotoliniu būdu<br><br><i>Lekt. Kristina Tomasaitė</i>                                                    | <b>Informacija ir išankstinė registracija</b><br>tel. 8 663 61 420,<br>el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a> |
| <b><u>Akcija Pasaulinei Dauno sindromo dienai paminėti</u></b>                                                                                     | 2021-03-20                                                                        | Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Gintaro g. 33A, Palanga                         | <b>Informacija:</b><br>tel. 8 663 61 420,<br>el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>                           |
| <b><u>Individualios psichologo konsultacijos vaikams ir suaugusiems</u></b>                                                                        | Visą mėnesį                                                                       | Derinama individualiai                                                                                    | <b>Informacija ir išankstinė registracija</b><br>tel. 8 663 61 420,<br>el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a> |
| <b><u>Priklausomybės konsultanto paslaugos</u></b>                                                                                                 | 2021-03-05<br>2021-03-12<br>2021-03-19<br>2021-03-26<br><br><b>Nuo 16.30 val.</b> | Derinama individualiai                                                                                    | <b>Informacija ir išankstinė registracija</b><br>tel. 8 663 61 420,<br>el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a> |
| <b><u>Baziniai savižudybės prevencijos mokymai gimnazistams</u></b>                                                                                | 2021-03-01<br>2021-03-03<br>2021-03-08<br>2021-03-10<br><br><b>10.00 val.</b>     | Nuotoliniu būdu<br><br><i>Savižudybių prevencijos instruktorės:<br/>Indrė Bučaitė ir Daiva Bartašienė</i> | <b>Informacija:</b><br>tel. 8 687 42 358,<br>el. paštas <a href="mailto:jaunimas@palangosvsb.lt">jaunimas@palangosvsb.lt</a>                                 |
| <b><u>Sveikos mitybos organizavimo tobulinimas ir maisto švaistymo mažinimas, sveikos mitybos skatinimas. Švediško stalo principo diegimas</u></b> | Visą mėnesį                                                                       | Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Gintaro g. 33A, Palanga                         | <b>Informacija:</b><br>tel. 8 687 42 358,<br>el. paštas <a href="mailto:jaunimas@palangosvsb.lt">jaunimas@palangosvsb.lt</a>                                 |

- Bendruomenės sveikatos stiprinimą organizuoja visuomenės sveikatos stiprinimo specialistė Agnė Leonavičiūtė (tel. 8 663 61 420, el. paštas [stiprinimas@palangosvsb.lt](mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt)) ir Indrė Steponavičienė (tel. 8 624 57998, el. paštas [aktyvumas@palangosvsb.lt](mailto:aktyvumas@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](mailto:jaunimas@palangosvsb.lt)).

Daugiau informacijos apie vykdomas veiklas galite rasti Facebook paskyroje [www.facebook.com/palangosvsb](https://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](mailto:info@palangosvsb.lt).**

*Informacija atnaujinta: 2021-02-26*

