

Lapkritis

P	A	T	K	P	Š	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5



TVARKARAŠTIS

PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS
	9 d. 14.00 val. J.Jasiūnienė		11 d. 15.00 J.Jasiūnienė	12 d. 10.00 val. L.Bagdonavičienė
	16 d. 15 val. V.G. Vilemienė		18 d. 15 val. V.G. Vilemienė	
22 d. 11.00 O. Lukminas				
22 d. 15.00 O. Lukminas			25 d. 12.00 val. L.Bagdonavičienė	
29 d. 11.00	30 d. 15.00			

**MANO ŠIRDIS-MANO SVEIKATA
TĘSTINĖ SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS DALYVIAMS**

Dembavos kultūros įstaiga, Veteranų g. 1, Panevėžio r.

11 d. 15.00 val. Maisto ruošimo technologė, Janina Jasiūnienė (Dembava).

18 d. 15.00 val. Gyd. Dietologė Virginija Genovaitė Vilemienė. **Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai**

22 d. 15.00 val. Kineziterapeutas Olegas Lukminas (Dembava). Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto profilaktikai

25 d. 12.00 val. Psichologė-psichoterapeutė Lina Bagdonavičienė. **Streso valdymas** (Dembava).

Streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto atsiradimui.

30 d. 15.00 val. K.Šlekienė ir D. Švabinskiemė. Programų apibendrinimas, rezultatų aptarimas, dalyvių konsultavimas (Dembava)

Naujamiščio kultūros centras, Salomėjos g. 14, Panevėžio r.

9 d. 14.00 val. Maisto ruošimo technologė, Janina Jasiūnienė (Naujamiestis). **Sveikatai palankaus maisto gamavimo principai.**

12 d. 10.00 val. Psichologė-psichoterapeutė Lina Bagdonavičienė.

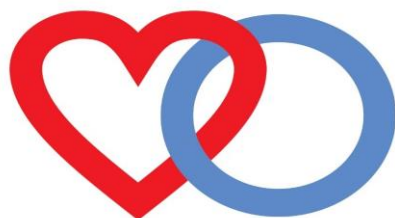
Streso valdymas (Naujamiestis)

16 d. 15.00 val. Gyd. Dietologė Genovaitė Virginija Vilemienė (Naujamiestis). **Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai**

22 d. 11.00 val. Kineziterapeutas Olegas Lukminas (Naujamiestis). **Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto profilaktikai**

29 d. 11.00 val. Visuomenės sveikatos stiprinimo specialistės: K.Šlekienė ir D. Švabinskiemė. Programų apibendrinimas, rezultatų aptarimas, dalyvių konsultavimas.

PROGRAMA FINANSUOJAMA PANEVĖŽIO RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS LĖŠOMIS



sveikatos stiprinimo
programa, skirta
širdies ir kraujagyslių ligų
bei cukrinio diabeto
profilaktikai



PANEVĖŽIO RAJONO
SAVIVALDYBĖS
**VISUOMENĖS
SVEIKATOS
BIURAS**