

# BALANDŽIO MĖNESIO VEIKLOS

## Atviras anoniminių alkoholikų susitikimas

Visuomenės sveikatos biuras,  
Varpo g. 9-2, 306 kab.  
**3 d. 17.30 -19.00 val.**  
**Registracija nereikalinga.**  
Daugiau informacijos:  
+370 622 53 539



## Edukacija, degustacija: „infoPIETŪS“

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2, 306 kab.  
**30 d. 12.00 - 13:00 val.**  
**Būtina registracija:**  
Išsamesnė informacija teikiama  
tel.: +370 647 08 406



## Anoniminės individualios priklausomybių konsultanto paslaugos

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Antradieniais, ketvirtadieniais,  
laikas derinamas su konsultante  
Virginija Dauskurdienė  
+370 648 944 74



## Paskaita: „Antibiotikų vartojimo ABC“

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Karolina Rušinskienė,  
+370 678 71 932  
karolina.rusinskiene@sveikatos-biuras.lt



## Paskaita: „Jo didenybė imunitetas“

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Karolina Rušinskienė  
+370 678 71 932  
karolina.rusinskiene@sveikatos-biuras.lt



## Viktorina: „Protmūšis apie sveikatą“

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Karolina Rušinskienė, +370 678 71 932  
karolina.rusinskiene@sveikatos-biuras.lt



## Individualios konsultacijos mitybos klausimais

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Ilona Kuodienė, +370 647 08 406  
kuodiene.vsb@gmail.com



## \*Privalomieji alkoholio, narkotikų ir psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų žalos mokymai \*MOKAMI

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Renata Jadlauskienė, +370 41 43 99 83  
renata.jadlauskiene@sveikatos-biuras.lt



## Metimo rūkyti programa

Šiaulių miesto gyventojams nuo 18 m.  
6 nemokamos psichologo konsultacijos  
**Registracija:**  
+370 672 50 744



## Ankstyvosios intervencijos konsultacijos

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Renata Jadlauskienė  
+370 41 43 99 83  
renata.jadlauskiene@sveikatos-biuras.lt



## Mankštos įvairaus amžiaus žmonėms

MAŽO INTENSYVUMO

Varpo g. 28 A, II aukšte  
Pirmadieniais,  
antradieniais, 17.30 val.  
Informacija tel:  
Julius Sutkus, +370 626 39 385  
juliussutkus@gmail.com



## Mankštos įvairaus amžiaus žmonėms

DIDELIO INTENSYVUMO

Varpo g. 28 A, II aukšte  
Trečiądieniais, ketvirtadieniais 17.30 val.  
Informacija tel:  
Julius Sutkus, +370 626 39 385  
juliussutkus@gmail.com



## \*Privalomieji mokymai (Pirmoji pagalba, Higienos įgūdžių mokymai) \*MOKAMI

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Alma Mikalauskienė  
+370 679 40 133  
alma.mikalauskiene@sveikatos-biuras.lt



## Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikos programa

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2  
Vyksta nuolat, derinama su specialiste  
Diana Šiurkienė  
+370 676 84 313  
diana.siurkiene@sveikatos-biuras.lt



## Socialinis receptas

skirtas senatvės pensijos amžiaus  
sulaukusiems asmenims

Daugiau informacijos:  
<https://pagalbasau.lt/socialinis-receptas/>  
**Registracija:**  
+370 672 50 620



## Mankštos senjorams

Šiaulių teniso akademijoje (Gardino g. 8).  
Didžiojoje salėje  
Pirmadieniais: 11.00 val.  
Ketvirtadieniais: 11.00 val.  
Kilimėlio neštis nereikia.  
Tomas Katkus, +370 676 84 264  
katkus.tomas.vsb@gmail.com



## Mankštos senjorams

Šiaulių kultūros centre „Makso“ salėje, į  
ėjimas iš kiemo pusės  
Pirmadieniais: 9.00 val.  
Ketvirtadieniais 9.00 val.  
Su savimi turėti kilimėlį  
Tomas Katkus, +370 676 84 264  
katkus.tomas.vsb@gmail.com



## Išankstinė registracija į bazinius savižudybių prevencijos mokymus

Dalyviams išduodami kvalifikacijos  
pažymėjimai.  
**Išankstinė registracija:**  
asta.ivoskiene@sveikatos-biuras.lt



## Psichologų kontaktinės individualios konsultacijos

Šiaulių miesto gyventojams.  
Kiekvienas asmuo gali gauti  
8 nemokamas k-jas.  
**Būtina išankstinė registracija:**  
+370 6111 9694



## Terapinio rašymo dirbtuvės moterims „Atjauta sau“

Nuo 2025-04-09, 17.30 val.  
**Išankstinė registracija  
ir išsamesnė informacija**  
asta.ivoskiene@sveikatos-biuras.lt



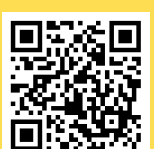
## Dramos terapijos užsiėmimai moterims „Mama ar drama?“

Nuo 2025-04-09 9.00 val.  
**Išankstinė registracija  
ir išsamesnė informacija:**  
asta.ivoskiene@sveikatos-biuras.lt



## Pažintinis susitikimas su dula

2025-04-10, 10.00 val.  
**Išankstinė registracija  
ir išsamesnė informacija:**  
asta.ivoskiene@sveikatos-biuras.lt



## Susitikimas su psichologe „Tobula – gera – pakankama“

2025-04-16, 13.00 val.  
**Išankstinė registracija  
ir išsamesnė informacija:**  
asta.ivoskiene@sveikatos-biuras.lt



## Bendraukime:



+370 41 43 25 49



Varpo g. 9-2, Šiauliai



[www.sveikatos-biuras.lt](http://www.sveikatos-biuras.lt)



@siauliuvsb



@SVSB



Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

