




SPALIO MĖNESIO VEIKLOS

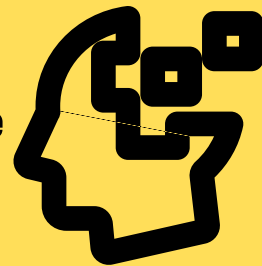
Psichologų kontaktinės individualios konsultacijos

 Šiaulių miesto gyventojams. Kiekvienas asmuo gali gauti 6 nemokamas k-jas.


 Tilžės g. 156 „TALŠA“ 3 a. 309 kab.


Būtina išankstinė registracija:

 8 611 19 694




Grupinės psichologo konsultacijos

 Šiaulių miesto gyventojams. Ne mažiau kaip 6 val. trukmės užsiėmimų ciklas 12 asm. grupei.


 Gali vykti jūsų įstaigoje, darbovietėje arba mūsų įstaigoje.


Būtina išankstinė registracija:

 8 672 30 276




Psichologų nuotolinės individualios video konsultacijos

 Šiaulių miesto gyventojams. Kiekvienas asmuo gali gauti 6 nemokamas k-jas.

 Video konsultacijos per manodaktaras.lt internetinę svetainę arba mobiliąją aplikaciją


 Vyksta nuolat.

Je turite klausimų skambinkite:

 8 672 50 620




Emocinės sveikatos renginys senjorams „Žvelk giliau“

 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9, 306 kab.


 **Spalio 2 d., 15.00 val**

Registracija nereikalinga

 Informacija tel. : 8 676 85076




Atviras anoniminių alkoholikų susitikimas

 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9., 306 kab.


 **2 d. 17.30-19.00 val.**

 **Registracija nereikalinga.**

 Daugiau informacijos: 8 622 53 539




Šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimai

 Centrinis miesto parkas (prie vartų)

 ***Spalio 5, 12, 19, 26 d. 12.30 val.**


**Laikas ir diena gali keistis, prieš atvykstant pasiskambinkite*

 **Registracija nereikalinga**

Veda instruktorė:
Jurga Mikelionienė
 Informacija tel.: 861633542



**Kino seansas, skirtas
organų donorystės dienai**

 Forum Cinemas



 **Spalio 5 d. 18.00 val.**


BŪTINA REGISTRACIJA

 Informacija tel.: 869675259

**Akcija:
Pritark organų donorystei**

 PC „Akropolis“ I a.

 **Spalio 5 d. 13.00-18.00 val.**

 *Bus galimybė pasirašyti
sutikimus organų
donorystei po mirties


 Informacija tel.: 869675259

**Renginys jaunimui:
„Žalia šviesa gyvenimui“**

 Vytauto g. 103A

 **Spalio 10 d, 17.30 val.**

 **Reikalinga registracija**

 Informacija tel.:
8 676 85076




Paskaita – diskusija:

„Gimdymo patirčių refleksija

 Visuomenės sveikatos biuras,
Varpo g. 9, 306 kab.

 **Spalio 18 d. 11.00 val.**


 Informacija tel.:
8 676 85076

Veda gimdymo dula
Lina Gabriolavičienė




Paskaita:

**„Mamos ir kūdikio burnos
priežiūros paslaptys“**

 Visuomenės sveikatos
biuras, Varpo g. 9, 306 kab.

 **Spalio 24 d 10.00 val.**

 Informacija tel.:
8 696 75 259



Edukacija, degustacija:


„infoPIETŪS“

 Visuomenės sveikatos
biuras, Varpo g. 9,

 **25 d.**
12.000-13.00 val.




 **Reikalinga registracija**


 Karolina Sankauskaitė
8 696 75 259

Nuotolinė paskaita – diskusija
„Pogimdyminė depresija“

 Zoom

 **Spalio 31 d.(antradienis)
17.30 val.**


 Veda psichologė
Raimonda Monstvilaitė


 Informacija tel.:
8 676 85076




Viktorina:

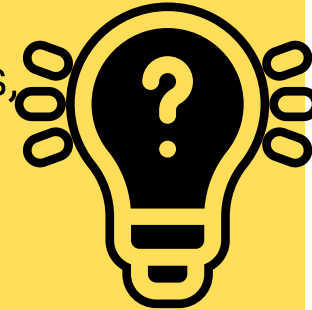
„Protmūšis apie sveikatą“

 Visuomenės
sveikatos biuras,
Varpo g. 9,


 Vyksta nuolat,
derinama su
specialiste

 Karolina Rušinskienė
8 678 71 932


karolina.rusinskiene@sveikatos-biuras.lt



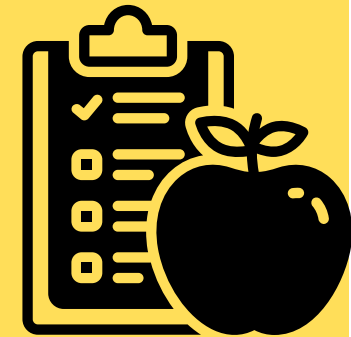
**Individualios
konsultacijos mitybos
klausimais**

 Visuomenės
sveikatos biuras,
Varpo g. 9,


 Vyksta nuolat,
derinama su
specialiste


 Ilona Kuodienė
8 647 08 406

ilona.kuodiene@sveikatos-biuras.lt




Mankštos senjorams

 Beržynėlio parke
(Gegužių g. 55)


 Pirmadieniais, trečiadieniais
10.30 val.


**Vieta ir laikas dar gali keistis,
todėl prieš atvykdami į
mankštą susisieki su
treneriu:*

 Tomas Katkus, 8 676 84 264
tomas.katkus@sveikatos-biuras.lt




Mankštos senjorams

 Saulės laikrodžio aikštė
(auksinis berniukas)

 Pirmadieniais,
trečiadieniais 9 val.

**Vieta ir laikas dar gali keistis, todėl
prieš atvykdami į mankštą susisieki su
treneriu:*


 Tomas Katkus, 8 676 84 264
tomas.katkus@sveikatos-biuras.lt

**Atvykstant į mankštą aikštėje
BUTINA turėti kilimėlį.**



Socialinis receptas

skirtas senatvės pensijos
amžiaus sulaukusiems
asmenims

 Daugiau informacijos:
[https://pagalbasau.lt/soc
ialinis-receptas/](https://pagalbasau.lt/socialinis-receptas/)

 **Registracija:**

8 672 50 620




Paskaita:

„Antibiotikų vartojimo ABC“

 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9,

 Vyksta nuolat, derinama su specialiste


 Karolina Rušinskienė
8 678 71 932


karolina.rusinskiene@sveikatos-biuras.lt



Paskaita:

„Jo didenybė imunitetas“

 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9,

 Vyksta nuolat, derinama su specialiste

 Karolina Rušinskienė
8 678 719 32


karolina.rusinskiene@sveikatos-biuras.lt




Burnos higienos užsiėmimai

(Paskaitos, edukacijos, viktorinos)

 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9,


 Vyksta nuolat, derinama su specialiste


 Karolina Sankauskaitė
8 696 75 259


karolinasankauskaite@gmail.com



Ankstyvosios intervencijos konsultacijos

 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9,

 Vyksta nuolat, derinama su specialiste

 Monika Juknytė,
86 72 50 620


monika.juknyte@sveikatos-biuras.lt



*Privalomieji mokymai

(Pirmoji pagalba, Higienos mokymai ir kt.)

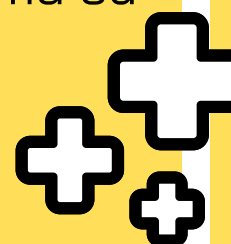
 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9,

 Vyksta nuolat, derinama su specialiste

* **MOKAMI**

 Alma Mikalauskiene
8 679 40 133


alma.mikalauskiene@sveikatos-biuras.lt



Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikos programa

 Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9,


 Vyksta nuolat, derinama su specialiste


 Diana Šiurkienė,
8 676 84 313

diana.siurkiene@sveikatos-biuras.lt



Anoniminės individualios priklausomybių konsultanto paslaugos

 Visuomenės sveikatos
biuras, Varpo g. 9.

 Antradieniais,
ketvirtadieniais,
laikas derinamas su
konsultante



 Virginija Dauskurdienė
8 648 944 74



SVEIKAS
SAULĖS MIESTAS

Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras



@siauliuvsb



@SVSB



www.sveikatos-biuras.lt



(8-41) 43 25 49



Varpo g. 9, Šiauliai