SPALIO MĖNESIO VEIKLOS

Atviras anoniminių alkoholikų susitikimas

Varpo g. 9-2, 307 kab.
5d. 17.30 - 19.00 val.
Dalyvavimas anoniminis,
registracija nereikalinga.
Daugiau informacijos: tel. 0 622 53 539

Baziniai savižudybių prevencijos mokymai. Išankstinė registracija.

Skirta specialistams
ir asmenims nuo 16 m.
Informacija teikiama:
tel. 0 676 85 076

Anoniminės individualios priklausomybių konsultanto paslaugos

Varpo g. 9-2, III a.
Antradieniais ir ketvirtadieniais,
Laikas derinamas su konsultante:
Virginija Dauskurdienė
tel.: 0 648 94 474

Metimo rūkyti programa

Šiaulių miesto gyventojams nuo 18 m.
6 nemokamos psichologo konsultacijos
Registracija: Miglė Klimaitė, tel. 0 672 50 744

Ankstyvosios intervencijos programa

Visuomenės sveikatos biuras, Varpo g. 9-2.
Informacija teikiama:
Renata Jadlauskienė, tel. 0 654 62 564
renata.jadlauskiene@sveikatos-biuras.lt

Mankštos senjorams

IV ir V:
9:00 val. Šiaulių kultūros centras (Makso salė)
11:00 val. Šiaulių teniso akademija (Didžioji salė)
Turėti kilimėlį. Registracija nereikalinga.
Daugiau informacijos:
Tomas Katkus tel. 0 676 84 264

Individualios konsultacijos mitybos klausimais

Informacija ir registracija:
Ilona Kuodienė, tel. 0 647 08 406
kuodiene.vsb@gmail.com

***Privalomieji alkoholio, narkotikų ir psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų žalos mokymai; Vairavimo esant neblaiviam prevencijos programa *MOKAMI**

Informacija teikiama:
Renata Jadlauskienė 0 654 62 564
renata.jadlauskiene@sveikatos-biuras.lt

Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikos programa

Daugiau informacijos ir registracija:
Informacija teikiama:
Diana Šiurkienė, tel. 0 676 84 313
diana.siurkiene@sveikatos-biuras.lt

Socialinis receptas skirtas senatvės pensijos amžiaus sulaukusiems žmonėms

Daugiau informacijos:
https://pagalbasau.lt/socialinis-receptas/
Registracija:
Monika Juknytė,
tel. 0 672 50 620

Mankštos įvairaus amžiaus žmonėms (mažo intesyvumo)

I ir III 17:30 val.
Varpo g. 28A
Registracija būtina:
Daugiau informacijos:
Julius Sutkus tel. 0 626 39 385

Psichologų kontaktinės individualios konsultacijos

Šiaulių miesto gyventojams.
8 nemokamos konsultacijos vienam žmogui.
Būtina išankstinė registracija:
tel.: 0 623 22 205
tel.: 0 672 30 276

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

Informacija teikiama:
Alma Mikalauskienė, tel.: 0 679 40 133
alma.mikalauskiene@sveikatos-biuras.lt

Grupinės psichologo konsultacijos

Užsiėmimų ciklas iki 12 asmenų grupei.
Temos derinamos pagal poreikį
Gali vykti jūsų įmonėje, įstaigoje ar bendruomenėje
Būtina registracija:
tel.: 0 611 46 464

Paskaitos ir protmūšiai apie užkrečiamųjų ligų prevenciją, skiepus, rankų higieną ir atsakingą antibiotikų vartojimą.

Temos pritaikomos skirtingoms dalyvių grupėms, o veiklų turinys ir laikas derinami iš anksto: Milda Baranauskienė, tel.: 0 678 71 932
milda.baranauskiene@sveikatos-biuras.lt

Mankštos įvairaus amžiaus žmonėms (didelio intensyvumo)

II ir IV 17:30 val.
Varpo g. 28A
Registracija būtina:
Daugiau informacijos:
Julius Sutkus tel. 0 626 39 385

Paskaita: Vaikų ligos ir ligelės.

7 d. 14.00 val.
Daugiau informacijos ir registracija:
Informacija teikiama:
tel.: 0 676 85 076

Paskaita: Intymumas nėštumo metu ir po gimdymo.

8 d. 17.30 val.
Daugiau informacijos ir registracija
Informacija teikiama:
tel.: 0 676 85 076

Seminaras tėvams ir 6–12 mėn. kūdikiams: Kelias į pirmuosius žingsnius: natūrali raida, tėvų vaidmuo ir dažniausios klaidos.

15 d. 9.30 val
Daugiau informacijos ir registracija:
Informacija teikiama:
tel.: 0 676 85 076

Pirmoji pagalba mažyliui: kai svarbi kiekviena minutė.

22 d. 17.00 val.
Daugiau informacijos ir registracija:
Informacija teikiama:
tel.: 0 676 85 076

Nėščiųjų mankštos

Daugiau informacijos ir registracija:
Informacija teikiama:
tel.: 0 676 85 076

Paskaita: Primaitinimas ir toliau tęsiant žindymą.

29 d. 10.30 val.
Daugiau informacijos ir registracija:
Informacija teikiama:
tel.: 0 676 85 076

Paskaita: Atsisveikinimas su žindymu – nujunkymas.

29 d. 14.00 val.
Daugiau informacijos ir registracija:
Informacija teikiama:
tel.: 0 676 85 076

Edukacija-degustacija: infoPIETŪS

7d. 12.00 val.
Registracija uždaryta.
Informacija teikiama:
tel.: 0 647 08 406

Edukacija-žygis „Žygiuok kartu su sveikatos biuru“

8d. 13.00 val.
Registracija uždaryta.
Informacija teikiama:
tel.: 0 647 08 406

SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

Varpo g. 9-2, III a.

+370 41 43 25 49

Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

@siauliuvsb
@ŠVSB
www.sveikatos-biuras.lt