

**PALANGOS MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2024 M. RUGSĖJO MĖNESI NUMATOMŲ VYKDYTI  
SVEIKATINIMO VEIKLŲ TVARKARAŠTIS**

<b>VEIKLA</b>	<b>DATA IR LAIKAS</b>	<b>VIETA</b>	<b>KONTAKTAI, PASTABOS</b>
<b>Pilates treniruotės</b> (18 – 64 metų amžiaus žmonėms)	2024-09-09 2024-09-16 2024-09-23 2024-09-30  <i>18.00 val.</i>	Palangos senoji gimnazija, Jūratės g. 13, Palanga  <i>Tren. Karolina Skominienė</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 8 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
<b>Bodyflex (liekninamasis kvėpavimas) treniruotės</b> (65 metų ir vyresnio amžiaus žmonėms)	2024-09-11 2024-09-18 2024-09-25  <i>18.00 val.</i>	Palangos senoji gimnazija, Jūratės g. 13, Palan  <i>Tren. Nijolė Ida Davainė</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 8 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
<b>Kinų joga</b>	2024-09-05 2024-09-12 2024-09-19 2024-09-26  <i>18.00 val.</i>	Palangos miesto botanikos parkas, prie Rotondos  <i>Tren. Vygantas Šleinius</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 8 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
<b>Dviračių žygis</b>	2024-09-21  <i>10.00 val.</i>	Prie Palangos muzikinio fontano, Jūratės g. 19A, Palanga  <i>Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistės</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 8 687 42 358, el. paštas <a href="mailto:jaunimas@palangosvsb.lt">jaunimas@palangosvsb.lt</a>
<b>Sveiko maisto gaminimo užsiėmimas „Sveiki pusryčiai – geriausias būdas pradėti dieną“</b>	2024-09-23  <i>17.00 val.</i>	Atvira jaunimo erdvė, „Be stogo“ Vytauto g. 106, Palanga  <i>Lekt. Gabija Bartkutė</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 0 624 57 998, el. pastas <a href="mailto:gabija.bartkute@palangosvsb.lt">gabija.bartkute@palangosvsb.lt</a>

Šiaurietiškas ėjimas	2024-09-06 2024-09-13  <b>10.00 val.</b>	Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Gintaro g. 33A, Palanga  <i>Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistės</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 8 687 42 358, el. paštas <a href="mailto:jaunimas@palangosvsb.lt">jaunimas@palangosvsb.lt</a>
Sveikatos savaitė Palangoje „Sužinok savo sveikatos rodiklius“	2024-09-16 2024-09-17 2024-09-18 2024-09-19 2024-09-20  <i>Laikas derinamas individualiai</i>	Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Gintaro g. 33A, Palanga  <i>Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistės</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 8 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
Priklausomybės konsultanto paslaugos	2024-09-06 2024-09-13 2024-09-20 2024-09-27  <i>Laikas derinamas individualiai</i>	Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Gintaro g. 33A, Palanga	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 8 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
Metimo rūkyti programa (individualios psichologo konsultacijos norintiems mesti rūkyti)	<i>Data ir laikas derinami individualiai</i>	Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Gintaro g. 33A, Palanga	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 0 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
Individualios psichologo konsultacijos	<i>Data ir laikas derinami individualiai</i>	Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Gintaro g. 33A, Palanga	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 0 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
Psichikos sveikatos stiprinimo grupiniai užsiėmimai įstaigų darbuotojams	<i>Data ir laikas derinami su įstaiga</i>	Vieta derinama su įstaiga	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 0 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>
Pirmos pagalbos mokymai įstaigų darbuotojams	<i>Data ir laikas derinami su įstaiga</i>	Vieta derinama su įstaiga  <i>Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistės</i>	<b>Informacija ir išankstinė registracija:</b> tel. 0 663 61 420, el. paštas <a href="mailto:stiprinimas@palangosvsb.lt">stiprinimas@palangosvsb.lt</a>

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. 0 663 61 420 arba el. paštu [info@palangosvsb.lt](mailto:info@palangosvsb.lt).

Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biure teikiamos šios mokamos paslaugos: privalomasis pirmosios pagalbos mokymas, privalomasis higienos įgūdžių mokymas. Norėdami išklausti mokymus ir gauti Sveikatos žinių ir įgūdžių atestavimo pažymėjimą kreipkitės tel. 0 663 61 420.

*Informacija atnaujinta: 2024-09-02*



Palangos miesto savivaldybės  
visuomenės sveikatos biuras