



NEMOKAMŲ VEIKLŲ KLAIPĖDOJE KALENDORIUS

„IR KŪNUI, IR SIELAI“

2021 m. LIEPA

VEIKLOS BENDRUOMENEI	DATOS IR LAIKAS	VIETA	REGISTRACIJA
KONSULTACIJOS alkoholi vartojantiems asmenims ir jų artimiesiems (nuo 14 metų)	<p>Pirmadieniais 11.00 – 15.00 val.</p> <p>Trečiadieniais 16.00 – 20.00 val.</p> <p>Ketvirtadieniais 16.00 – 20.00 val.</p> <p>Šeštadieniais 11.00 – 15.00 val.</p>	Nuotoliniu būdu, naudojantis nuotolinio komunikavimo sistemomis	Mob. tel. 8 659 216 64 El. p. dovile@sveikatosbiuras.lt
PSICHOLOGINĖS GEROVĖS STIPRINIMAS	Individualios psichologinės konsultacijos (iki 5 konsultacijų)	Laikas derinamas individualiai	Nuotoliniu būdu, naudojantis nuotolinio komunikavimo sistemomis Mob. tel. 8 640 933 48 El. p. ausra@sveikatosbiuras.lt
	Streso valdymo praktiniai užsiėmimai (asmuo gali dalyvauti tik vienuose mokymuose)	<p>Liepos 14 d. 13.00 – 17.00 val.</p> <p>Liepos 28 d. 10.00 – 14.00 val.</p>	<p>Nuotoliniu būdu, naudojantis nuotolinio komunikavimo sistemomis</p> <p>Registracija vyksta internetu: (www.sveikatosbiuras.lt -> registracija į veiklas)</p> <p>Daugiau informacijos: Mob. tel. 8 659 216 64 El. p. dovile@sveikatosbiuras.lt</p>
	Profesinio perdegimo pavojai. Kaip pasirūpinti savimi? Praktiniai užsiėmimai (asmuo gali dalyvauti tik vienuose mokymuose)	Liepos 20 d. 9.00 – 13.00 val.	Nuotoliniu būdu, naudojantis nuotolinio komunikavimo sistemomis
Savitarpio pagalbos grupė nusižudžusių asmenų artimiesiems (Asociacija „Artimiesiems“)	Liepos 13 ir 27 d. 18.00-20.00 val.	Klaipėdos m. visuomenės sveikatos biuras Taikos pr. 107, Klaipėda	Tel. nr. 8 652 40860 El. p. klaipeda@artimiems.lt
VEIKLOS DARBINGO AMŽIAUS ŽMONĖMS	DATOS IR LAIKAS	VIETA	REGISTRACIJA
„MAMA SPORTUOJA“ SVEIKATINAMOJO FIZINIO AKTYVUMO PROGRAMA	<p>Paskaita „Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė stiprinant sveikatą ir palaikant energijos balansą“ Liepos 29 d. 14.00 – 15.00 val.</p> <p>MANKŠTOS: Rugpjūčio 3, 5, 10, 12, 17 ir 19 d. 14.00 – 14.45 val.</p> <p>Rugsėjo 2, 7 ir 9 d. 14.00 – 14.45 val.</p>	Užsiėmimai vyks nuotoliniu būdu, naudojantis nuotolinio komunikavimo sistema Zoom (zoom.us)	<p>Registracija vyksta internetu: (www.sveikatosbiuras.lt -> registracija į veiklas)</p> <p>Daugiau informacijos: Mob. tel. 8 640 93 350 El. p. neringa@sveikatosbiuras.lt</p>

SVEIKATINAMOJO FIZINIO AKTYVUMO PROGRAMA

Paskaita "Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė stiprinant sveikatą ir palaikant energijos balansą"
Liepos 29 d. 18.00 – 19.00 val.

MANKŠTOS:
Rugpjūčio 3, 5, 10, 12, 17 ir 19 d.
18.00 – 19.00 val.

Rugsėjo 2, 7 ir 9 d. 18:00 – 19:00 val.

Paskaita vyks nuotoliniu būdu, naudojantis nuotolinio komunikavimo sistema Zoom (zoom.us)

Mankštos vyks Klaipėdos Vasaros estrados parke (P. Lideikio g. 2)

Registracija vyksta internetu:
(www.sveikatosbiuras.lt -> registracija į veiklas)

Daugiau informacijos:
Mob. tel. 8 640 93 350
El. p. neringa@sveikatosbiuras.lt

VEIKLOS 55+ AMŽIAUS GRUPĖS ASMENIMS	DATOS IR LAIKAS	VIETA	REGISTRACIJA
Individualios psichologo konsultacijos (10 konsultacijų)	Konsultacijų laikas derinamas individualiai	Nuotoliniu būdu, naudojantis nuotolinio komunikavimo sistema ARBA gyvo kontakto būdu	Mob. tel. 8 640 933 50 El. p. neringa@sveikatosbiuras.lt
Meno terapija	Liepos 7 ir 14 d. 10.30 val. Liepos 21 d. 17.30 val.	Klaipėdos m. savivaldybės viešoji biblioteka, Kauno atžalyno filialas (Kauno g. 49) Interaktyvi vasaros skaitykla Karlskronos aikštėje	Registracija vyksta internetu: (www.sveikatosbiuras.lt -> registracija į veiklas) Daugiau informacijos: Mob. tel. 8 640 933 50 El. p. neringa@sveikatosbiuras.lt
Kino seansai (Vienas dalyvis gali registruotis į 2 kino seansus)	Liepos 1 d. „Gimtinė“ Liepos 15 d. „Išgyventi vasarą“ Liepos 22 d. „Nematoma“ Liepos 29 d. „Sutemose“ 18.00 – 19.30 val.	Laisvalaikio centras "ArleKinas" kūrybinio inkubatoriaus "Kultūros fabrikas" kino salė), Bangų g. 5a, Klaipėda	Mob. tel. 8 640 933 50 El. p. neringa@sveikatosbiuras.lt
VEIKLOS ŠEIMOMS SU IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKAIS	DATOS IR LAIKAS	VIETA	REGISTRACIJA
Estafetės - komandiniai žaidimai vaikams	Liepos 1 d. Liepos 8 d. Liepos 27 d. 10.00 – 10.45 val.	Vasaros lauko skaitykloje Klaipėdos miesto poilsio parke, Herkaus Manto g. 81	Mob. tel. +370 658 761 23 El. p. evelina@sveikatosbiuras.lt
Daržovių ir vaisių pažinimo užsiėmimai visai šeimai	Liepos 13 d. Liepos 15 d. 10.00 – 10.45 val.	Vasaros lauko skaitykloje Klaipėdos miesto poilsio parke, Herkaus Manto g. 81	Mob. tel. +370 658 761 23 El. p. evelina@sveikatosbiuras.lt
Užsiėmimas apie sveiką mitybą linksmai	Liepos 20 d. Liepos 22 d. 10.00 – 10.45 val.	Vasaros lauko skaitykloje Klaipėdos miesto poilsio parke, Herkaus Manto g. 81	Mob. tel. +370 658 761 23 El. p. evelina@sveikatosbiuras.lt
VEIKLOS VAIKAMS	DATOS IR LAIKAS	VIETA	REGISTRACIJA
Sveikatinanti vasaros mokyklėlė vaikams	Liepos 5 - 9 d. Liepos 12 - 15 d. Liepos 19 - 22 d. Liepos 26 - 29 d. 7-9 m. amžiaus vaikams: 9.00-12.00 val. 10-12 m. amžiaus vaikams: 13.00 – 16.00 val.	Klaipėdos m. visuomenės sveikatos biuras Taikos pr. 76, Klaipėda	Registracija vyksta internetu: (www.sveikatosbiuras.lt -> registracija į veiklas) Daugiau informacijos: Mob. tel. 8 612 30 176 El. p. rasa@sveikatosbiuras.lt

REGISTRACIJA Į LIEPOS MĖN. VEIKLAS PRASIDEDA LIEPOS 1 D. 9.00 VAL. AUKŠČIAU NURODYTAIS BŪDAIS.

Jeigu ir Jūs norite prisidėti prie šio kalendoriaus sudarymo ir bendradarbiauti su Klaipėdos m. visuomenės sveikatos biuru, kreipkitės mob. tel. 8 658 76123 arba el. paštu evelina@sveikatosbiuras.lt.



Kuriame
Lietuvą ateitį
2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

