

Biržų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro
2022 m. III-IV ketv. planuojamos/tęsimos veiklos

Eil. Nr.	Data	Paslaugos pavadinimas	Tikslinė grupė	Vieta	Lektorius/pranešėjas/vykdytojas	Pastaba/ dalyvių skaičius
1.	Nuo liepos mėn. kiekvieną antradienį 9.00 val.	Šiaurietiško ėjimo užsiėmimai	Senjorai	„Saulės“ gimnazijos stadionas	Konstantinas Strelcovas, sporto instruktoriaus	Dalyvių skaičius nenustatytas
2.	Nuo rugpjūčio 26 d. 8.30 val. (rugsėjo 6 d. rugsėjo 13 d. rugsėjo 26 d. spalio 4 d. spalio 17 d.)	Darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo mokymai	Biržų ligoninės darbuotojai	Biržų ligoninės salė	Valija Šap, psichologė Jolanta Birbalienė, profesinės sveikatos specialistė	Darbovietė, pareiškusi norą dalyvauti mokymuose
3.	Nuo rugpjūčio 26 d. 13.00 val. (rugsėjo 6 d. rugsėjo 13 d. rugsėjo 26 d. spalio 4 d. spalio 17 d.)	Darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo mokymai	Biržų priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos darbuotojai	Priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos patalpos	Valija Šap, psichologė Jolanta Birbalienė, profesinės sveikatos specialistė	Darbovietė, pareiškusi norą dalyvauti mokymuose
4.	Atsiradus poreikiui	Paskaitos-pokalbiai apie alkoholio žalą ne tik vartojantiems, bet ir jų artimiesiems, ypač vaikams	Asmenys, nesaikingai vartojantys alkoholį ar šeimos, kuriose yra nesaikingai alkoholį vartojančių asmenų	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Birutė Norkūnienė, priklausomybių konsultantė	Pagal išankstinę registraciją
5.	Rugsėjo 15 d. 14.00 val.	Akcija Europos judumo savaitei paminėti.	Mokiniai, Biržų visuomenė	Kaštonų pagr. mokyklos lauko erdvės,	Biržų VSB, Kaštonų pagr. mokykla	Dalyvių skaičius nenustatytas

				Kaštonų g. 13		
6.	Nuo rugsėjo 19 d. iki gruodžio 5 d. kiekvieną pirmadienį 17.30-18-30	Viso kūno treniruotės. Funkcinės treniruotės	Iš anksto užsiregistravę asmenys	Kaštonų pagrindinės mokyklos aktų salė.	Ingrida Mulvinienė, trenerė	Grupė iki 50 asmenų
7.	Nuo rugsėjo 19 d. iki gruodžio 5 d. kiekvieną pirmadienį 18.30-19.30	Viso kūno treniruotės. Joga - pilatesas	Iš anksto užsiregistravę asmenys	Kaštonų pagrindinės mokyklos aktų salė.	Ingrida Mulvinienė, trenerė	Grupė iki 50 asmenų
8.	Rugsėjo 22 d. 9.00 val.	Seminaras „Ugdymo įstaigos profesinė komunikacija ir mikroklimatas“	Biržų Vlodo Jakubėno muzikos mokyklos bendruomenė	Muzikos mokyklos patalpos, Rotušės g. 14	Evaldas Karmaza, psichologas	Dalyvių skaičius nenustatytas
9.	Rugsėjo 22 d. 16.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto programa. „Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto rizikos veiksniai ir jų profilaktika, sveikatos rodiklių supratimas“	Programos dalyviai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Laura Gabrėnienė, vidaus ligų gydytoja	Iš anksto užsiregistravę programos dalyviai
10.	Rugsėjo 27 d. 10.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto programa. „Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai. Sveikatai palankaus maisto gaminimo principai“	Programos dalyviai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Ingrida Kuprevičiūtė, gydomosios mitybos specialistė	Iš anksto užsiregistravę programos dalyviai
11.	Rugsėjo 28 d. 15.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio	Programos dalyviai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g.	Žaneta Taurienė, psichologė, krizių valdymo konsultantė,	Iš anksto užsiregistravę

		diabeto programa. „Streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto atsiradimui. Streso valdymas“		32	kognityvinės elgesio terapijos praktikė	programos dalyviai
12.	Spalio 6 d. 9.00 val. NUKELTA į lapkričio 22 d. 11.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto programa. „Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai“	Programos dalyviai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Žydra Markevičienė, kineziterapeutė-limfotakos specialistė	Iš anksto užsiregistravę programos dalyviai
13.	Spalio 6 d. 14.00 val.	Širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto programos apibendrinimas, rezultatų aptarimas, dalyvių konsultavimas	Programos dalyviai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Visuomenės sveikatos specialistas	Baigę programą asmenys
14.	Spalio 10 d. 11.00 val.	3 pamokos „Elektroninės cigaretės ar tikrai yra nepavojingos?“	„Aušros“ pagrindinės mokyklos mokiniai	„Aušros“ pagrindinė mokykla, Vytauto g. 47	Darius Joneikis	Iki 60 mokinių
15.	Spalio 10 d. 14.00 val.	Paskaita „Jei nežinai kodėl garuoja el. cigaretė, jei nežinai, ką reiškia THC, Smile ar Spice? Ateik ir sužinok !!!“	„Aušros“ pagrindinės mokyklos pedagogai	„Aušros“ pagrindinė mokykla, Vytauto g. 47	Darius Joneikis	Dalyvių skaičius nenustatytas
16.	Spalio 10 d. 17.00 val.	Paskaita „Jei nežinai kodėl garuoja el. cigaretė, jei nežinai, ką reiškia THC, Smile ar Spice? Ateik ir sužinok !!!“	„Aušros“ pagrindinės mokyklos mokinių tėvai	„Aušros“ pagrindinė mokykla, Vytauto g. 47	Darius Joneikis	Dalyvių skaičius nenustatytas
17.	Atsiradus	Psichologinės gerovės	Savivaldybės	Sveikatos biuro	Psichologai	Pagal

	poreikiui	ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugos – individualios ir grupinės psichologų konsultacijos	gyventojai	salė, Vytauto g. 32		išankstinę registraciją
18.	Atsiradus poreikiui	Psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo paslaugos – individualios konsultacijos tikslinei grupei	Iš Ukrainos atvykę pabėgėliai	TIK NUOTOLINIU BŪDU Ukrainiečių kalba	Ukrainoje gyvenantys psichologai	Pagal registraciją
19.	Bendruomenėms pareiškus norą dalyvauti užsiėmimuose ir suformavus grupes	Traumų ir sužalojimų prevencija bendruomenėse	Bendruomenių nariai	Bendruomenių erdvės	Sporto treneris Visuomenės sveikatos specialistas	Pagal išankstinę registraciją
20.	Suformavus gyventojų grupes	Sveikos mitybos įgūdžių formavimo, daržovių vartojimo skatinimo užsiėmimai	Savivaldybės gyventojai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Mitybos specialistas Visuomenės sveikatos specialistas	Pagal išankstinę registraciją
21.	Rugsėjo-gruodžio mėn. antradieniais 15.30-16.30	Mokymai „Kaip suteikti pirmąją pagalbą“	Savivaldybės gyventojai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Visuomenės sveikatos specialistas	Pagal išankstinę registraciją (susidarius grupei)
22.	Lapkričio 17 d.	4 pamokos mokiniams „Ateitis. Drąsa svajoti, drąsa planuoti“	„Saulės“ gimnazijos IV kl. mokiniai	„Saulės“ gimnazija, Vytauto g. 32	Evaldas Karmaza, psichologas	Tikslinė grupė
23.	Gruodžio 5 d.	4 pamokos mokiniams „Nieko nenoriu: motyvacija mokytis“	„Saulės“ gimnazijos II kl. mokiniai	„Saulės“ gimnazija, Vytauto g. 32	Evaldas Karmaza, psichologas	Tikslinė grupė
24.	Gruodžio 20 d.	Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimo mokymų ilgalaikio	Vabalninko Balio Sruogos gimnazijos bendruomenė	Vabalninko Balio Sruogos gimnazija	Aurelija Lingienė, psichologė Ieva Lingienė, psichologė	Mokykla, pareiškusi norą dalyvauti mokymuose

		poveikio vertinimas				
25.	Gruodžio 29 d.	Akcija „Kalėdinis bėgimas“	Savivaldybės gyventojai ir svečiai	Centrinė miesto aikštė	Biržų VSB	Dalyvių skaičius nenustatytas
PAPILDYTA						
26.	Gruodžio 6 d. 11.00 val.	2 pamokos mokiniams „Teoriniai-praktiniai sveikos gyvensenos skatinimo ir sveikatai žalingų įpročių prevencijos mokymai“	„Atžalyno“ pagrindinės mokyklos 6-7 kl. mokiniai	„Atžalyno“ pagrindinė mokykla, Sąjungos g. 15	Artiomas Šabajevas, sveikatos ugdymo specialistas	Tikslinė grupė
27.	Gruodžio 6 d. 13.00 val.	Paskaita „Kur slypi paauglių motyvacija“	Tėvai/globėjai, specialistai	Sveikatos biuro salė, Vytauto g. 32	Artiomas Šabajevas, sveikatos ugdymo specialistas	Pagal išankstinę registraciją iki 20

Biuras pasilieka teisę pagal susidariusią situaciją keisti/ koreguoti renginių laiką/vietą.