



TVIRTINU

Direktorė  
Laura Sadauskienė

VILKAUSKIO RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2019 M. SAUSIO MĖNESIO VEIKLOS PLANAS *v2-1*

Eil. Nr.	Renginio data	Renginio tipas (konferencija, seminaras, akcija, varžybos ar kt.) ir pavadinimas	Renginio vieta	Tikslinė grupė	Trumpas renginio aprašymas	Atsakingas asmuo
1.	2019 m. sausio 10, 17, 24, 31 d. 17.30 val.	Praktiniai užsiėmimai „Kūno raumenų atpalaidavimas ir stuburo skausmo prevencija“	Vilkauskio turizmo ir verslo informacijos centras J. Basanavičiaus a. 7, Vilkauskis	Vilkauskio rajono savivaldybės gyventojai	Užsiėmimo metu atliekami pratimai stuburo skausmo prevencijai bei įvairūs atspalaidavimo pratimai.	L. Vilimaitienė
2.	2019 m. sausio 11, 18, 25 d. 17.00 val.	Praktinis užsiėmimas „Nidra joga“	Vilkauskio turizmo ir verslo informacijos centras J. Basanavičiaus a. 7, Vilkauskis	Vilkauskio rajono savivaldybės gyventojai	Atspalaidavimo technika, kurią atlieka jogos mokytojas Svajūnas Šarauskas	VSB specialistės
3.	2019 m. sausio 17 - 18 d.	Savižudybių prevencijos įgūdžių mokymai „ASIST“	Sveikatos ligų ir mokymo centras, Sveikatos mokykla, Vytauto g. 87, Trakai	Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų darbuotojai	Mokymai skirti visuomenės sveikatos specialistams, apie emocinės pagalbos teikimą savižudybės grėsmę patiriantiems asmenims	VSB specialistės
4.	2019 m. sausio 22 d. 19.00 val.	Praktinis užsiėmimas „Kūno raumenų atpalaidavimas ir stuburo skausmo prevencija“	Pašeimenių kaimo bendruomenė Pašeimenių k., Bartninkų sen. Vilkauskio r.	Pašeimenių kaimo bendruomenės nariai	Užsiėmimo metu atliekami pratimai stuburo skausmo prevencijai bei įvairūs atspalaidavimo pratimai.	L. Vilimaitienė
5.	2019 m. sausio 22, 29 d. 10.00 val.	Raumenų stiprinimo treniruotė su elastinėmis gumomis moterims ir merginoms	Vilkauskio kultūros centras (choreografijos salė) Vytauto g. 28, Vilkauskis	Vilkauskio rajono savivaldybės gyventojai	Raumenų stiprinimo treniruotės su elastinėmis gumomis vyks su trenere Rūta Kiškieniene	VSB specialistės

6.	2019 m. sausio 22, 29 d. 11.00 val.	Raumenų stiprinimo treniruotė su elastinėmis gumomis senjorams	Vilkaviškio kultūros centras (choreografijos salė) Vytauto g. 28, Vilkaviškis	Vilkaviškio rajono savivaldybės gyventojai	Raumenų stiprinimo treniruotės su elastinėmis gumomis vyks su trenere Rūta Kiškienė	VSB specialistės
7.	2019 m. sausio 22 d. 9.00 – 16.45 val.	Projekto „Sveikos gyvensenos skatinimas Vilkaviškio rajono savivaldybėje“ renginys „Vėžio profilaktikos ir kontrolės seminaras“	Pilviškių miestelio bendruomenės namai (Vasario 16-osios g. 67, Pilviškiai, Vilkaviškio r.)	Vyresnio amžiaus asmenys, kaip apibrėžia Sveiko senėjimo užtikrinimo Lietuvoje veiksmų plano 1 punkte	Renginio tikslas didinti gyventojų sveikatos raštingumą, suteikti žinių ir praktinių įgūdžių. Lektorės Aušra Lekauskaitė ir Jovita Demskytė	VSB direktorė A. Šukaitienė
8.	2019 m. sausio 26 d. 10.00 val.	Step aerobikos- funkcinė treniruotė	Vilkaviškio kultūros centras (choreografijos salė) Vytauto g. 28, Vilkaviškis	Vilkaviškio rajono savivaldybės gyventojai	Step aerobikos – funkcinė treniruotė vyks su trenere Rūta Kiškienė	VSB specialistės
9.	2019 m. sausio 29 d. 9.00 – 16.45 val.	Projekto „Sveikos gyvensenos skatinimas Vilkaviškio rajono savivaldybėje“ renginys „Vėžio profilaktikos ir kontrolės seminaras“	Šiaudiniškių kaimo bendruomenės namai (Mokyklos g. 6, Šiaudiniškių k., Vilkaviškio r.)	Vyresnio amžiaus asmenys, kaip apibrėžia Sveiko senėjimo užtikrinimo Lietuvoje veiksmų plano 1 punkte	Renginio tikslas didinti gyventojų sveikatos raštingumą, suteikti žinių ir praktinių įgūdžių. Lektorės Aušra Lekauskaitė ir Jovita Demskytė	VSB direktorė A. Šukaitienė
10.	2019 m. sausio 31 d. 11.00 val.	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro darbuotojų susirinkimas	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, S. Nėries 40, Vilkaviškis	-	Aptariami sausio, vasario mėnesių darbai	VSB direktorė
11.	2019 m. sausio mėn. (pirmdieniai, ketvirtadieniai) 10.00 ir 11.00 val.	Nemokamos sveikatingumo mankštos senjorams ir ne tik	Vilkaviškio kultūros centras (choreografijos salė) Vytauto g. 28, Vilkaviškis	Vilkaviškio rajono savivaldybės gyventojai	Sveikatingumo mankštos	VSB specialistės
12.	2019 m. sausio mėn.	Ataskaitų, planų ruošimas ir pateikimas atsakingoms institucijoms	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras,	-	Ataskaitų, planų rengimas ir pateikimas atsakingoms institucijoms	VSB direktorė VSB specialistės

13.	2019 m. sausio mėn.	Biuro dokumentacijos tvarkymas	S. Nėries g. 40, Vilkaviškis Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, S. Nėries g. 40, Vilkaviškis	-	Biuro dokumentacijos tvarkymas	VSB direktorė VSB specialistės
-----	---------------------	--------------------------------	---	---	--------------------------------	-----------------------------------

Visuomenės sveikatos specialistė

**Aušra Šukaitienė**

(parašas, vardas, pavardė)

Visuomenės sveikatos specialistė

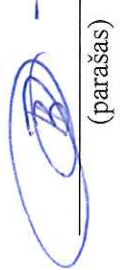
**Danguolė Balčiūnienė**

(parašas, vardas, pavardė)

Visuomenės sveikatos specialistė

(parašas, vardas, pavardė)

  
(parašas)

  
(parašas)

  
(parašas)