**ŠILALĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO 2018 M.**

**LIEPOS MĖNESĮ PLANUOJAMI RENGINIAI**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. nr. | Data, laikas | Vieta | | Renginio tipas, pavadinimas, dalyviai | Atsakingas asmuo | | Telefono nr., elektroninis paštas | |
| **Paskaitos, pamokos (diskusijos, pokalbiai, akcijos, konkursai, viktorinos, varžybos, parodos, susirinkimai, pranešimai)** | | | | | | | | |
|  | **2018 m.**  **Liepos 8 – 13 d.** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Sveikatingumo ugdymo stovykla 2018 m.** | | Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 9 – 13 d.**  **700 - 800** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Bendra mankšta visiems. Moterims speciali mankšta, savimasažas vandenyje.** | | Lektorė Lukrecija Augustaitytė, LSS viceprezidentė dėstytoja  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 9 – 13 d.**  **1200 - 1300** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Stuburo sistemos sveikatinimo praktiniai užsiėmimai.** | | Kineziterapeutė Gintarė Pranaitienė  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 9 d.**  **900 - 1200** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita „Autoimuninių ligų (cukrinis diabetas, skydliaukės ligos, žvynelinė, reumatoidinis artritas, vėžys, išsėtinė sklerozė ir kt.) priežastys ir gydymo būdai“.** | | Lektorė [Ingrida Kuprevičiūt](https://www.facebook.com/ingrida.kupreviciute)ė, gydomosios mitybos specialistė  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 9 d.**  **1400 - 1600** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Mokymai „Kaip išlaisvinti jausmus ir būti sveikesniam“.** | | Lektorius Rytis Lukoševičius, emocijų paleidimo instruktorius.  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 9 d.**  **1600 - 1800** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita – praktikumas „Pilateso teoriniai ir praktiniai užsiėmimai“.** | | Pilateso instruktorius, Laurynas Mykolaitis.  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 9 d.**  **1900 - 2000** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Garso terapija, gongai.** | | Garso terapijos specialistė Irena Žumajevienė  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 10 d.**  **900 - 1200**  **1400 - 1600** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Seminaras „Kiek „sveria“ mūsų savivertė. Savivertės ir savigarbos ugdymosi pratybos“.** | | Žurnalistė, švietimo ir verslo konsultantė Lidija Laurinčiukienė.  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 10 d.**  **1600 - 2200** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Žygis aplik Paršežerio ežerą.** | | Varnių regioninio parko direkcija  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 11 d.**  **900 - 1200** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita „Vyrai ir moterys. Kaip lengvai suprasti ir gerinti santykius?** | | Asmeninių santykių konsultantas Darius Ražauskas  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 11 d.**  **1400 - 1600** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita „Kodėl skirtingai sergame ir skirtingai sveikstame“.** | | Gydytoja, ajurvedinės mitybos specialistė Asta Keturkienė  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 11 - 12 d.**  **1600 - 1800** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Joga, meditacija.** | | Psichologė, šri-šri jogos mokytoja Ramunė Džiugelienė  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 11 d.**  **1900 - 2000** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita – praktinis užsiėmimas „Saugi aromaterapija kiekvienam“.** | | Psichologė, šri-šri jogos mokytoja Ramunė Džiugelienė  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 12 - 13 d.**  **900 - 1200** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita „Ligų priežastys ir pasekmės“.**  **Praktiniai mokymai (kūno diagnostikos aptarimas).** | | Natūralios medicinos atstovas, osteopatas Liudvikas Šalčius.  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 12 d.**  **1900 - 2000** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita „Menas būti sveikam“** | | Gydytojas, netradicinės medicinos atstovas Vilhelmas Džiugelis  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |
|  | **2018 m.**  **Liepos 13 d.**  **1400 - 1600** | | Kaimo turizmo sodyba „Mėlynoji banga“ | **Paskaita – praktikumas „Žarnynas ir smegenys. Sąsajos. Receptai ir mankšta žarnynui valyti“** | | Sveikos gyvensenos mokytoja Ilona Ugintė  Visuomenės sveikatos biuras | | 8 687 74779  [sveikatos.biuras@gmail.com](mailto:sveikatos.biuras@gmail.com) |