

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA, SKIRTA ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGŲ BEI CUKRINIO DIABETO PROFILAKTIKAI**

Programa vykdoma vadovaujantis Sveikatos stiprinimo programos, skirtos širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, tvarkos aprašu. Patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2014 m. rugsėjo 22 d. įsakymu Nr. V-979 (2020 m. balandžio 8 d. įsakymo Nr. V-776 redakcija).

**II GRUPĖS UŽSIĖMIMŲ GRAFIKAS 2024 M. BALANDŽIO-BIRŽELIO MĖNESIAMS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Užsiėmimų tema | Užsiėmimų data, laikas | Užsiėmimų vieta | Užsiėmimus vykdantys specialistai |
| Individualus motyvuojantis pokalbis, sveikatos rodiklių matavimas, konsultacija | 2024 m. balandžio mėn.  (laikas individualus – 30 min. kiekvienam dalyviui) | Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68 (II a. salė, 7 kab.) | Visuomenės sveikatos specialistas (Programos koordinatorius) |
| Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos veiksniai ir jų profilaktika, sveikatos rodiklių supratimas | 2024-04-18  19.00 val. | Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68 (II a. salė) | Gydytojas kardiologas, visuomenės sveikatos specialistas |
| Streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto atsiradimui. Streso valdymas | 2024-05-02  18.00 val. | Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68 (II a. salė) | Psichologas, visuomenės sveikatos specialistas |
| Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai (3) | 2024-04-25  2024-05-09, 23  18.00 val. | Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68 (II a. salė) | Mitybos specialistas,  visuomenės sveikatos specialistas |
| Sveikatai palankaus maisto gaminimo principai | 2024-05-16  18.00 val. | J. Basanavičiaus g. 23 A (II a.)  Panevėžio mokymo centras | Mitybos specialistas,  visuomenės sveikatos specialistas |
| Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto profilaktikai (4) | 2024-05-30  2024-06-06, 13, 20  18.00 val. | Anykščių g. 4  (II a. sporto salė) | SFA specialistas  (sporto treneris),  visuomenės sveikatos specialistas |
| Programos apibendrinimas, rezultatų aptarimas, dalyvių konsultavimas | 2024-06-27  18.00 val. | Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68 (II a. salė) | Visuomenės sveikatos specialistas (Programos koordinatorius) |

Programą įgyvendina Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras SAM lėšomis. **Dėl dalyvavimo Programoje prašome kreipkitės į savo šeimos gydytoją arba į Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biurą, Respublikos g. 68 (II a. 7 kab.), tel.: (8 45) 46 75 06, 8 671 42862 el. p.** [ala.kuzmiene@panevezysvsb.lt](mailto:ala.kuzmiene@panevezysvsb.lt).