



sveikatos stiprinimo
programa, skirta
širdies ir kraujagyslių ligų
bei cukrinio diabeto
profilaktikai



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).

III GRUPĖS UŽSIĖMIMŲ GRAFIKAS 2025 M. RUGSĖJO-LAPKRIČIO MĖNESIAMS

Užsiėmimų tema	Užsiėmimų data, laikas	Užsiėmimų vieta	Užsiėmimus vykdančys specialistai
Individualus motyvuojantis pokalbis, sveikatos rodiklių matavimas, konsultacija	2025 m. rugsėjo 1–10 d. (laikas individualus – 30 min. kiekvienam dalyviui)	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68 (II a., 7 kab.)	Visuomenės sveikatos specialistas (Programos koordinatorius)
Programos pristatymas. Sveikatos rodiklių matavimas, konsultacija	2025 m. rugsėjo 4 d. 17.30 val.	Respublikos g. 68 (II a. salė)	Visuomenės sveikatos specialistas (Programos koordinatorius)
Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos veiksniai ir jų profilaktika, sveikatos rodiklių supratimas	2025 m. rugsėjo 11 d. 17.30 val.	Respublikos g. 68 (II a. salė)	Gydytojas kardiologas, visuomenės sveikatos specialistas
Streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto atsiradimui. Streso valdymas	2025 m. rugsėjo 18 d. 17.30 val.	Respublikos g. 68 (II a. salė)	Psichologas, visuomenės sveikatos specialistas
Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai	2025 m. rugsėjo 25 d., spalio 2, 9 d. 17.30 val.	Respublikos g. 68 (II a. salė)	Mitybos specialistas, visuomenės sveikatos specialistas
Sveikatai palankaus maisto gaminimo principai	2025 m. spalio 16 d. 17.30 val.	J. Basanavičiaus g. 23A	Visuomenės sveikatos specialistas
Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto profilaktikai	2025 m. spalio 23, 30 d., lapkričio 06, 13 d. 17.30 val.	Taikos al. 11 ar Šiaulių g. 60 (vieta bus tikslinama)	SFA specialistas (sporto treneris), visuomenės sveikatos specialistas
Programos apibendrinimas, rezultatų aptarimas, dalyvių konsultavimas	2025 m. lapkričio 20 d. 17.30 val.	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 kreiptis į savo šeimos gydytoją arba į Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biurą, **Respublikos g. 68 (II a. 7 kab.), tel.: (0 45) 46 75 06, +370 671 42862 el. p. ala.kuzmiene@panevezysvsb.lt**.