



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).

II GRUPĖS UŽSIĖMIMŲ GRAFIKAS 2025 M. KOVO-GEGUŽĖS MĖNESIAMS

Užsiėmimų tema	Užsiėmimų data, laikas	Užsiėmimų vieta	Užsiėmimus vykdančys specialistai
Individualus motyvuojantis pokalbis, sveikatos rodiklių matavimas, konsultacija	2025 m. kovo mėn. (laikas individualus – 30 min. kiekvienam dalyviui)	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Respublikos g. 68 (II a., 7 kab.) arba Beržų g.	Visuomenės sveikatos specialistas (Programos koordinadorius)
Programos pristatymas. Sveikatos rodiklių matavimas, konsultacija	2025-03-13 15.00 val.	Beržų g. 48	Visuomenės sveikatos specialistas (Programos koordinadorius)
Streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto atsiradimui. Streso valdymas	2025-03-20 15.00 val.	Beržų g. 48	Psichologas, visuomenės sveikatos specialistas
Širdies ir kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto rizikos veiksniai ir jų profilaktika, sveikatos rodiklių supratimas	2025-03-27 15.00 val.	Beržų g. 48	Gydytojas kardiologas, visuomenės sveikatos specialistas
Mitybos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų atsiradimui bei profilaktikai	2025-04-03, 10, 24 15.00 val.	Beržų g. 48	Mitybos specialistas, visuomenės sveikatos specialistas
Sveikatinamojo fizinio aktyvumo reikšmė širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto profilaktikai	2025-04-17, 2025-05-8, 15 15.00 val.	Beržų g. 48	SFA specialistas (sporto treneris), visuomenės sveikatos specialistas
Sveikatai palankaus maisto gaminimo principai	2025-05-20, 21, 22 16.30 val.	J. Basanavičiaus g. 23A	Visuomenės sveikatos specialistas
Programos apibendrinimas, rezultatų aptarimas, dalyvių konsultavimas	2025-05-29 15.00 val.	Beržų g. 48	Visuomenės sveikatos specialistas (Programos koordinadorius)

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**.