

# SVEIKO SENĖJIMO PROJEKTAS

## SVEIKA GYVENSENA- GERESNĖ GYVENIMO KOKYBĖ



Projekte laukiami visi 55 + metų amžiaus žmonės, kurie nori gyventi aktyviau ir sveikiau, išbandyti naujas veiklas bei pagilinti savo žinias!

### NEMOKAMI RENGINIAI BAUBLIUOSE

**SPALIO 4 D., 15 VAL. „SAUGOKIME SAVO SVEIKATĄ PAPRASTAI I DALIS“**  
PASKAITOS APIE ŽOLIŲ NAUDĄ SVEIKATAI IR KOKIOS NEMOKAMOS  
GYDYMO PASLAUGOS MUMS PRIKLAUSO  
PASKAITĄ SKAITYS „ŽOLINČIŲ AKADEMIJOS“ PREZIDENTĖ  
DANUTĖ KUNČIENĖ

**SPALIO 29 D., 15 VAL. „VISKAS KAS SVARBIAUSIA APIE MITYBĄ“**  
KALBĖSIME KAIP PAPRASTAI IR SVEIKAI MAITINTIS IR KOKIA MITYBA  
TINKA SERGANT CUKRINIU DIABETU, ŠIRDIES IR ONKOLOGINĖMIS LIGOMIS

**LAPKRIČIO 30 D. 12 VAL. „SAUGOKIME SAVO SVEIKATĄ PAPRASTAI II DALIS“**  
MOKYMAI, PRAKTINIAI UŽSIĖMIMAI KAIP VALDYTI STRESĄ IR NEPASIDUOTI  
NERIMUI BEI DEPRESIJAI

**RENGINIAI VYKS BAUBLIŲ KULTŪROS CENTRE**

**DAUGIAU INFORMACIJOS IR REGISTRACIJA**

**TEL. 8 672 30763**