

# 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 KRETINGOJE

SPALIO 26 D., 13 VAL. „VISKAS KAS SVARBIAUSIA APIE MITYBĄ“

KALBĖSIME KAIP PAPRASTAI IR SVEIKAI MAITINTIS IR KOKIA MITYBA

TINKA SERGANT CUKRINIU DIABETU, ŠIRDIES IR ONKOLOGINĖMIS LIGOMIS

LAPKRIČIO 23 D. 10 VAL. „SAUGOKIME SAVO SVEIKATĄ PAPRASTAI II DALIS“

MOKYMAI, PRAKTINIAI UŽSIĖMIMAI KAIP VALDYTI STRESĄ IR NEPASIDUOTI

NERIMUI BEI DEPRESIJAI

**RENGINIAI VYKS KRETINGOS RAJONO  
ŠVIETIMO CENTRE**

**DAUGIAU INFORMACIJOS IR REGISTRACIJA**

**TEL. 8 672 30763**



Kretingos rajono savivaldybės

**Visuomenės sveikatos biuras**

Finansuojama Iš Europos  
Sąjungos struktūrinių  
fondų lėšų



Kuriame  
Lietuvos ateitį  
2014–2020 metų  
Europos Sąjungos  
fondų investicijų  
veiksmų programa