

# 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 SALANTUOSE

**SPALIO 22 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

**SPALIO 26 D. 12 VAL. „SAUGOKIME SAVO SVEIKATĄ PAPRASTAI II DALIS“**  
MOKYMAI, PRAKTINIAI UŽSIĖMIMAI KAIP VALDYTI STRESĄ IR NEPASIDUOTI  
NERIMUI BEI DEPRESIJAI

**RENGINIAI VYKS SALANTŲ KULTŪROS 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