

Projekto kodas	Apskritis	Savivaldybė
08.4.2-ESFA-R-630-01-0001	Vilniaus	Šalčininkų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-01-0002	Vilniaus	Elektrėnų
08.4.2-ESFA-R-630-01-0003	Vilniaus	Trakų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-01-0004	Vilniaus	Ukmergės rajono

08.4.2-ESFA-R-630-01-0005	Vilniaus	Švenčionių rajono
08.4.2-ESFA-R-630-01-0006	Vilniaus	Širvintų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-01-0007	Vilniaus	Vilniaus rajono
08.4.2-ESFA-R-630-01-0008	Vilniaus	Vilniaus miesto
08.4.2-ESFA-R-630-11-0001	Alytaus	Alytaus miesto

08.4.2-ESFA-R-630-11-0002	Alytaus	Lazdijų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-11-0003	Alytaus	Druskininkų
08.4.2-ESFA-R-630-11-0004	Alytaus	Alytaus rajono

08.4.2-ESFA-R-630-11-0005	Alytaus	Varėnos rajono
08.4.2-ESFA-R-630-21-0001	Kauno	Kaišiadorių rajono

08.4.2-ESFA-R-630-21-0002	Kauno	Birštono
08.4.2-ESFA-R-630-21-0003	Kauno	Kauno rajono
08.4.2-ESFA-R-630-21-0004	Kauno	Kėdainių rajono
08.4.2-ESFA-R-630-21-0005	Kauno	Kauno miesto
08.4.2-ESFA-R-630-21-0006	Kauno	Raseinių rajono
08.4.2-ESFA-R-630-21-0007	Kauno	Jonavos rajono
08.4.2-ESFA-R-630-21-0008	Kauno	Prienų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-31-0001	Klaipėdos	Kretingos rajono

08.4.2-ESFA-R-630-31-0002	Klaipėdos	Klaipėdos miesto
08.4.2-ESFA-R-630-31-0003	Klaipėdos	Šilutės rajono
08.4.2-ESFA-R-630-31-0004	Klaipėdos	Skuodo rajono
08.4.2-ESFA-R-630-31-0005	Klaipėdos	Neringos

08.4.2-ESFA-R-630-31-0006	Klaipėdos	Klaipėdos rajono
08.4.2-ESFA-R-630-31-0007	Klaipėdos	Palangos miesto

08.4.2-ESFA-R-630-41-0001	Marijampolės	Šakių rajono
08.4.2-ESFA-R-630-41-0002	Marijampolės	Vilkaviškio rajono
08.4.2-ESFA-R-630-41-0003	Marijampolės	Marijampolės
08.4.2-ESFA-R-630-41-0003	Marijampolės	Kalvarijos
08.4.2-ESFA-R-630-41-0003	Marijampolės	Kazlų Rūdos
08.4.2-ESFA-R-630-51-0001	Panevėžio	Pasvalio rajono

08.4.2-ESFA-R-630-51-0002	Panevėžio	Kupiškio rajono
08.4.2-ESFA-R-630-51-0003	Panevėžio	Panevėžio rajono
08.4.2-ESFA-R-630-51-0004	Panevėžio	Panevėžio miesto

08.4.2-ESFA-R-630-51-0005	Panevėžio	Rokiškio rajono
08.4.2-ESFA-R-630-51-0006	Panevėžio	Biržų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-61-0001	Šiaulių	Kelmės rajono
08.4.2-ESFA-R-630-61-0002	Šiaulių	Joniškio rajono
08.4.2-ESFA-R-630-61-0003	Šiaulių	Pakruojo rajono

08.4.2-ESFA-R-630-61-0004	Šiaulių	Šiaulių rajono
08.4.2-ESFA-R-630-61-0006	Šiaulių	Šiaulių miesto
08.4.2-ESFA-R-630-61-0007	Šiaulių	Radviliškio rajono
08.4.2-ESFA-R-630-61-0008	Šiaulių	Akmenės rajono
08.4.2-ESFA-R-630-71-0001	Tauragės	Tauragės rajono

08.4.2-ESFA-R-630-71-0002	Tauragės	Jurbarko rajono
08.4.2-ESFA-R-630-71-0003	Tauragės	Šilalės rajono
08.4.2-ESFA-R-630-71-0004	Tauragės	Pagėgių
08.4.2-ESFA-R-630-81-0001	Telšių	Mažeikių rajono
08.4.2-ESFA-R-630-81-0002	Telšių	Plungės rajono
08.4.2-ESFA-R-630-81-0003	Telšių	Telšių rajono
08.4.2-ESFA-R-630-81-0004	Telšių	Rietavo

08.4.2-ESFA-R-630-91-0001	Utenos	Visagino
08.4.2-ESFA-R-630-91-0003	Utenos	Molėtų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-91-0004	Utenos	Zarasų rajono
08.4.2-ESFA-R-630-91-0005	Utenos	Ignalinos rajono
08.4.2-ESFA-R-630-91-0007	Utenos	Anykščių rajono

08.4.2-ESFA-R-630-91-0009	Utenos	Utenos rajono
---------------------------	--------	---------------

Projekto pavadinimas	Projekto vykdytojas/pareiškėjas
Sveikatos ugdymo priemonių gerinimas Šalčininkų rajone	Šalčininkų rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Elektrėnų savivaldybėje	Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Trakų rajono savivaldybėje	Trakų rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Ukmergės rajone	Ukmergės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Sveikos gyvensenos skatinimas Švenčionių rajone	Švenčionių rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Širvintų rajone	Širvintų rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas ir moksleivių sveikatos raštingumo ugdymas Vilniaus rajone	Vilniaus rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas ir moksleivių sveikatos raštingumo ugdymas Vilniaus mieste	Budžetinė įstaiga "Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras"
Mažais žingsneliais - sveikos gyvensenos link	Alytaus miesto savivaldybės administracija

Sveikos gyvensenos skatinimas Lazdijų rajono savivaldybėje	Lazdijų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveika bendruomenė – stipri visuomenė	Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Alytaus rajono savivaldybėje	Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Sveikos gyvensenos skatinimas Varėnos rajono savivaldybėje	Varėnos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Kaišiadorių rajono savivaldybėje	Kaišiadorių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Sveikos gyvensenos skatinimas Birštono savivaldybėje	Birštono savivaldybės administracija
Fizinio aktyvumo skatinimas Kauno rajo bendruomenėje	Kauno rajono savivaldybės biudžetinė įstaiga visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Kėdainių rajone	Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Kauno mieste	Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Raseinių rajono gyventojų sveikatos stiprinimas, gerinant sveikatos prižiūros paslaugų prieinamumą	Raseinių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Visuomenės sveikatos stiprinimas Jonavos rajone	Jonavos rajono savivaldybės administracija
Prienų rajono gyventojų sveikatos stiprinimas	Prienų rajono savivaldybės administracija
Sveika gyvensena – geresnė gyvenimo kokybė	Kretingos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Klaipėdos miesto tikslinių gyventojų grupių sveikos gyvensenos skatinimas	Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras
Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas Šilutės rajono savivaldybėje	Šilutės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Skuodo rajono savivaldybėje	Skuodo rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Neringos savivaldybėje	Neringos savivaldybės administracija

<p>Sveikos gyvensenos skatinimas Klaipėdos rajone</p>	<p>Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras</p>
<p>Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas tikslinių grupių asmenims Palangos miesto savivaldybėje</p>	<p>Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras</p>

Sveikos gyvensenos skatinimas Šakių rajone	Šakių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Vilkaviškio rajono savivaldybėje	Vilkaviškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Kalvarijos, Kazlų Rūdos ir Marijampolės savivaldybėse	Marijampolės savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Kalvarijos, Kazlų Rūdos ir Marijampolės savivaldybėse	Marijampolės savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Kalvarijos, Kazlų Rūdos ir Marijampolės savivaldybėse	Marijampolės savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Pasvalio rajone	Pasvalio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

„Sveikos gyvensenos skatinimas Kupiškio rajono savivaldybėje“	Kupiškio rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Panevėžio rajone	Panevėžio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Panevėžio mieste	Panevėžio miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Sveikos gyvensenos skatinimas Rokiškio rajono savivaldybėje	Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimas Biržų rajono savivaldybėje	Biržų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Gyventojų sveikatos stiprinimas	Kelmės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Joniškio rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir ligų prevencijos vykdymas	Joniškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Pakruojo rajone	Pakruojo rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Sveikos gyvensenos skatinimas Šiaulių rajone	Šiaulių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Šiaulių mieste	Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Radviliškio rajone	Radviliškio rajono visuomenės sveikatos biuras
Akmenės rajono savivaldybės gyventojų sveikatos saugojimas ir stiprinimas, ligų prevencija	Akmenės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikam gyvenimui sakome - TAIP!	Tauragės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Jurbarko rajono gyventojų sveikos gyvensenos skatinimas	Jurbarko rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Šilalės rajono gyventojų sveikatos stiprinimas ir sveikos gyvensenos ugdymas	Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Pagėgių savivaldybėje	Pagėgių savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Mažeikių rajone	Mažeikių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Plungės rajono savivaldybėje	Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikatos netolygumų mažinimas Telšių rajone, vykdamas traumų ir nelaimingų atsitikimų profilaktiką	Telšių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Rietavo savivaldybėje	Rietavo savivaldybės administracija

Vaikų sveikos gyvensenos skatinimas Visagino savivaldybėje	Visagino savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Molėtų rajono savivaldybėje	Molėtų rajono savivaldybės administracija
Sveikos gyvensenos skatinimas Zarasų rajono savivaldybėje	Ignalinos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Ignalinos rajone	Ignalinos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
Sveikos gyvensenos skatinimas Anykščių rajono savivaldybėje	Anykščių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Sveikos gyvensenos skatinimas regionuniu lygiu	Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
---	---

Veiklos, paraiškoje numatytos vaikams iki 18 metų

1) Pirmosios pagalbos mokymai 7-11 klasės mokiniams

- 1) keliaujanti sveikatos palapinė (kūno analizė, pirmosios pagalbos pradmenys, fiziniai pratimai, šiaurietiškas ėjimas, kova su stresu);
- 2) šeimų mokyklėlė (edukaciniai, šviečiamieji užsiėmimai sveikatinimo temomis, pozityvios tėvystės mokymai, rengiami pėsčiųjų, dviračių, paspirtukų, riedučių žygiai);
- 3) sveikatai palankaus maisto gaminimo praktiniai mokymai;
- 4) plaukimas;
- 5) kineziterapijos užsiėmimai;
- 6) sveikatingumo stovyklos;
- 7) mobilūs praktiniai grupiniai užsiėmimai (psichikos sveikatos stiprinimas, sveikos mitybos skatinimas, su mityba susijusių ligų prevencija ir fizinis aktyvumas, lytinės ir reprodukcinės sveikatos gerinimas, traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija).

- 1) saugios aplinkos vaikams kūrimas;
- 2) saugus elgesys eisme;
- 3) plaukimo pamokos

- 1) kūno kultūros pamoka kitaip (atraktyvios rungtys, užduotys moksleiviams, skatinančioms judėjimą ir keičiančios požiūrį į fizinį aktyvumą. Bus skaitomos interaktyvios paskaitos apie sveiką gyvenseną, vyresnių klasių mokiniai mokomi pirmosios pagalbos teikimo, bus suteikiamos psichologinės žinios, leisiančios problemas spręsti kompleksiskai);
- 2) maisto gaminimo stovyklos;
- 3) sveikatos stiprinimo stovyklos (sveikatinimo užsiėmimai, vykdoma įvairiapusė fizinio aktyvumo programa naudojant naujas ir inovatyvias FA formas, skatinamas savęs pažinimas);
- 4) stovyklos šeimoms (sveikatinimo užsiėmimai visai šeimai);
- 5) seminaras "Būk saugus vandenyje ir šalia vandens";
- 6) plaukimo ir irklavimo treniruotės;
- 7) teoriniai mokymai jaunimui (Kalorijos ir maisto reguliavimas sportuojantiems, Traumų prevencija ir rehabilitacija, Jėgos ugdymas, Bazinių pratimų svarba);
- 8) praktinės treniruotės fizinio pasirengimo (jėgos) ugdymui moksleiviams ir jaunuoliams, kurių metu bus mokoma bazinių pratimų, kaip taisyklingai juos atlikti, nežalojant savo sveikatos.

<p>1) Šviečiamieji renginiai moksleiviams: bus surengta 20 šviečiamųjų renginių 14-18 m. moksleiviams, kurių metu moksleivių grupei bus pravedta motyvacinė paskaita apie sveikos gyvensenos įtaką kasdienio gyvenimo kokybei, asmeninių tikslų, susijusių su sveika gyvensena, išsikėlimas, žygio, susijusio streso valdymu, alkoholio, tabako, narkotikų prevencija, pravedimas, informaciniai-motyvaciniai vakarėliai be narkotikų ir alkoholio.</p> <p>2) Dietologo užsiėmimai su vaikais (Užsiėmimai su vaikais per žaidimus su maisto milteliais; Informaciniai sveikos mitybos užsiėmimai vaikams apie sveiką maistą)</p> <p>3) Seminaras ir praktiniai užsiėmimai kaip taisyklingai sportuoti su treniruokliais</p> <p>4) mokymai bendrojo ugdymo įstaigose sveikos mitybos tema</p>
<p>1) Naudojimosi batutais treniruotės/apmokymai žygiai baidarėmis,</p> <p>2) sveikatą stiprinančios mankštos vandenyje vaikams,</p> <p>3) sveikos gyvensenos elgsenos pagrindų mokymai vaikams</p> <p>4) pirmosios pagalbos suteikimo pagrindų mokymai vaikams,</p> <p>5) renginiai vaikams apie patyčių prevenciją,</p> <p>6) sveikos šeimos pagrindai. Mokymų ciklas visai šeimai.</p> <p>7) sveikos gyvensenos elgsenos pagrindų formavimo mokomosios stovyklos vaikams</p>
<p>1) Pirmosios ir būtinosios pagalbos mokymai</p> <p>2) sveikos gyvensenos skatinimo mokymai</p> <p>3) lyčių lygybės ir asmenų nediskriminavimo (tolerancijos skatinimo) mokymai</p> <p>4) metinio renginio-konkurso vaikams organizavimas (protmūšis apie įgytas žinias)</p>
<p>1) Mokymai vaikams pirmosios ir būtinosios pagalbos, sveikos gyvensenos, lyčių lygybės ir nediskriminavimo temomis</p> <p>2) metiniai renginiai-konkursai vaikams (vyks viktorinos, komandinės, kūrybinės užduotys ir kt.t. susijusiomis temomis)</p>
<p>1) Vaikams, neturintiems 18 m. skirtą Traumų ir nelaimingų atsitikimų profilaktikos užsiėmimų ciklas:</p> <p>a) saugus eisimas</p> <p>b) pirmoji pagalba</p> <p>c) onkologinių ligų prevencija (vaikams)</p> <p>2) fizinio aktyvumo užsiėmimai</p> <p>3) individualios konsultacijos mitybos tematika</p>

<ul style="list-style-type: none"> 1) pirmosios pagalbos mokymai 2) mokymai, susiję su traumų ir nelaimingų atsitikimų profilaktika 3) sveikatingumo skatinimo mokyklos/stovyklos 4) renginiai, skirti mitybos ir nutukimo prevencijai 5) varžybos fizinio aktyvumo skatinimui mokyklose 6) konkursai vaikams, skirti sukurti klipus sveikatos stiprinimo temomis
<ul style="list-style-type: none"> 1) Kimochis programa (darželiuose) 2) mankštos ir užsiėmimai darželiuose 3) fizinio aktyvumo stovyklos (vaikai bus supažindinami su fizinio aktyvumo rūšies teorinėmis žiniomis ir mokomi važinėti riedučiais, dviračiais, gatvės šokio, slidinėjimo. Be to, stovyklų metu vaikai bus mokomi suteikti pirmąją pagalbą, šiaurietiškojo ėjimo technikos, organizuojamos aktyviosios estafetės, rodomi edukaciniai filmai, žaidžiamas stalo tenisas, badmintonas, vedama aerobika, pilateso užsiėmimai bei sveikatingumo mankštos) 4) fizinio aktyvumo būreliai (važinėjimo riedučiais, važinėjimo „Trike“ dviračiais, slidinėjimo ir gatvės šokio) 5) žalingų įpročių prevencijos mokymai
<ul style="list-style-type: none"> 1) Pirmosios pagalbos mokymai 2) pirmosios pagalbos varžybos 3) diskusijos - debatai "Kodėl žmonės nedėvi atšvaitų?" 4) fizinio aktyvumo veiklos mokyklose 5) renginiai vaikams apie lyčių lygybę (11-12kl.)

1) Fizinio aktyvumo skatinimo renginiai vaikams (diskusijos įvairiomis fizinio aktyvumo temomis, motyvavimas jungtis į įvairias treniruotes, paskaitos apie skirtingas sporto šakas, judėjimo naudą, vaikų konsultavimas tiek individualiai, tiek grupėmis. Vyks įvairūs fiziniai užsiėmimai, tokie kaip kovos menai, gimnastika, šokiai, krepšinis, tinklinis, futbolas ir kt)

2) streso valdymo seminarai šeimoms

3) Mobilūs sveikatos raštingumo ugdymo renginiai (diskusijos apie sveikos mitybos pagrindus, vandens įtaką mūšų organizmui, ekologiškų produktų vartojimą, saugią ir sveiką darbo ir namų aplinką ir kt. temomis; fizinio aktyvumo užsiėmimai (joga, kalanetika, zumba, pilatesas, šiaurietiškas ėjimas ir kt.). Renginiai skirti tikslinės grupės asmenų švietimui ir informavimui sveikos gyvensenos klausimais, sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo, sveikatos raštingumo, ligų prevencijos temomis. Preliminarios renginių temos: „greito maisto“ poveikis organizmo sveikatai, saugių darbuotojų darbo sąlygų kūrimas, saugi ir sveika aplinka darbe ir namuose, šiuolaikinės priklausomybės – internetas, žaidimai, darbas, kaip pasiruošti ir sėkmingai mesti rūkyti, kaip teisingai sportuoti namuose ir darbo vietoje, judesio ir muzikos užsiėmimai, joga, kalanetika, zumba, šiaurietiškas ėjimas, kūno masės indekso vertinimas, tinkamas etikečių skaitymas ir pan.)

4) vaikų konkursai sveikatos stiprinimo temomis (paskaitos apie sveiką mitybą, naudingus produktus, cukraus žalą ir pan. + konkursas)

1) Sveikos gyvensenos elgsenos pagrindų formavimo mokomosios stovyklos vaikams ir paaugliams (turinys: žinios ir įgūdžiai, padedantys pereiti prie sveiko gyvenimo būdo, praktikuoti įvairias fizinio aktyvumo formas ir propaguoti aktyvaus gyvenimo principus, sveiko maisto ruošimas, skirtingos fizinio aktyvumo treniruotės, pirmosios pagalbos atlikimo praktika, sveiko maisto gaminimas, žinių suteikimas apie sveiką gyvenseną, užkertant kelią žalingiems įpročiams (veiklos gali keistis atsižvelgiant į tikslinės grupės poreikius)

2) renginiai šeimoms (piknikai): Sveikos mitybos specialisto mokymai kaip pasigaminti sveikų užkandžių; okymai ir praktiniai užsiėmimai, kaip suteikti pirmąją pagalbą traumų atveju, ištikus širdies smūgiui ir pan.)

3) Mobilūs sveikatingumo renginiai (įstaigose): paskaitos apie sveikos gyvensenos įgūdžių formavimą, kaip išsaugoti ir stiprinti sveikatą, onkologinių ligų prevencijos temomis, sveikos mitybos temomis;

<p>1) Fizinio aktyvumo užsiėmimai baseine (4 klasių moksleiviams)</p> <p>2) fizinio aktyvumo užsiėmimai sporto aikštynė</p> <p>3) Vasaros sporto savaitė - stovykla (protų mūšiai sveikatinimo temomis pagal vaikų amžiaus grupes; sporto dienos turnyrai: krepšinio, tinklinio, futbolo, estafetės)</p>
<p><i>Veiklų skirtų vaikams iki 18 metų nenumatyta</i></p>
<p>1) Pirmos pagalbos mokymai bei įgūdžių didinimas siekiant išvengti nelaimingų atsitikimų ir traumų.</p>
<p>1) Mokinių pirmos pagalbos teorinių ir praktinių žinių formavimas + mobilioji aplikacija</p> <p>2) sveikatai palankios mitybos įpročių formavimas</p> <p>3) patrauklūs fizinio aktyvumo užsiėmimai (funkcinės treniruotės, zumbos treniruotės, raumenų stiprinimo ir jogos treniruotės)</p> <p>4) emocinis saugumas ir alkoholio, tabako bei narkotinių medžiagų vartojimo prevencija</p> <p>5) konkursai sveikatai palankios mitybos tema</p>
<p>1) Šeimų sveikatinimo renginiai: mankštos, šeimų komandų varžybos, komandinių žaidimų varžybos, estafetės, mandalų piešimas, meno terapija, pėsčiųjų žygis, dviračių žygis po Raseinių rajoną</p> <p>2) sveikatingumo seminarai (teoriniai užsiėmimai: žalingų įpročių poveikis sveikatai, sveika mityba, netaisyklinga kūno laikysena, technologijų įtaka sveikatai, asmens higienos užtikrinimas, streso valdymas. Praktiniai užsiėmimai: laikysenos koregavimas, streso valdymo užsiėmimai).</p> <p>3) Sveikatinimo stovykla vaikams (9-12kl. mokiniai) (sveikos mitybos svarba, sveiko maisto ruošimas, sveikos gyvensenos principai, fizinio aktyvumo svarba, meditacijos užsiėmimai, atsipalaidavimo terapijos, įvairūs fizinio aktyvumo užsiėmimai).</p>
<p><i>Specifinių veiklų vaikams nenumatyta</i></p>
<p>1) Gaivinimo ir automatinės išorinės defibriliacijos bei kraujavimo stabdymo mokymai</p>
<p><i>Projektas skirtas vyresnio amžiaus žmonėms</i></p>

<p>1) Pirmosios pagalbos mokymai</p> <p>2) Paskaitų ciklas mokiniams apie lytiškumą ir savipagalbos būdus</p> <p>3) JPSPP modelio Klaipėdos miesto mokyklų elektroniniuose dienynuose diegimas</p> <p>4) Sveikos mitybos ir fizinio aktyvumo užsiėmimai (Paskaitos, edukaciniai žaidimai, konkursas „Mano šeima valgo sveikai“, dalyvavimas patiekalų gaminimo etapuose, degustacijos bei mankštelės lauke)</p> <p>5) Vaikų vasaros stovyklos (temos, apimtų sveiką mitybą, fizinį aktyvumą, psichinę sveikatą ir k.t.)</p> <p>6) "Sveikatingumo takelių" ikimokyklinio ugdymo įstaigų kiemeliuose įrengimas</p> <p>7) Renginys „Saldadieniai šeštadieniais“ (paskaitos apie tinkamą mitybą, per daug suvartojamų saldumynų neigiamą poveikį vaikų sveikatai, dantų priežiūrą, įvairios mankštos, sveikų alternatyvų saldumynams degustacijos, žaidimai vaikams.</p> <p>8) Užsiėmimai sensoriniame kambaryje</p>
<p>1) Mokymai apie žalingų įpročių žalą 10-18 metų vaikams</p> <p>2) 10-18 metų amžiaus vaikų psichinės sveikatos stiprinimo mokymai</p> <p>3) Sveikos gyvensenos bei mitybos mokymai 5-18 metų amžiaus vaikams</p> <p>4) ikimokyklinio ir pradinio mokyklinio amžiaus vaikams fizinio aktyvumo įgūdžių ugdymas (teikiant informaciją apie fizinio aktyvumo reikšmę sveikatai ir gyvenimo kokybei).</p>
<p>1) Vaikų fizinio aktyvumo užsiėmimai ir konkursai (Aktyvus gyvenimui -AG")</p> <p>2) Pirmosios pagalbos mokymai</p> <p>3) Taisyklinos laikysenos mokymai</p> <p>4) Vaikų sveikatingumo stovyklos (vaikų užimtumas įtraukiant juos į sveikos gyvensenos įgūdžių formavimo veiklas, mažinant vaikų domėjimąsi alkoholiu, tabaku, psichiką veikiančiomis medžiagomis, pateikiant įvairias sveikatą gerinančias laisvalaikio praleidimo formas)</p> <p>5) Burnos higienos mokymai</p>
<p>1) edukaciniai užsiėmimai apie maisto pažinimą, dalijant informacinę medžiagą, organizuojant konkursus;</p> <p>2) paskaitų ciklai apie savipagalbą;</p> <p>3) paskaitos apie burnos higienos svarbą ir edukaciniai užsiėmimai kaip ją palaikyti bei organizuoti konkursai šia tema;</p> <p>4) demonstracinės mankštos;</p> <p>5) pirmosios pagalbos mokymai</p>

- 1) Vaikų sveikatingumo stovyklos (užsiėmimai šiomis temomis: lyčių lygybė ir nediskriminavimas dėl lyties, rasės, tautybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties, tikėjimo, įsitikinimų ar pažiūrų, amžiaus, negalios, lytinės orientacijos, etninės priklausomybės, religijos, psichikos sveikata, mitybos ir nutukimo prevencija, traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija, pirmosios pagalbos suteikimas, burnos ir dantų higiena, anafilaksinio šoko požymiai (dėl maisto ar įgėlus vabzdžiui), fizinis aktyvumas, alkoholio, tabako ir psichiką veikiančių medžiagų prevencija; orientacinis užsiėmimas žygis su dviračiais ir pėsčiomis)
- 2) Fizinio aktyvumo užsiėmimai + konkursai (Vaikų fizinio aktyvumo programa „Aktyvus gyvenimui -AG!“)
- 3) fizinio aktyvumo užsiėmimai + taisyklinga laikysena
- 4) Pirmosios pagalbos mokymai

- 1) paskaita apie sveiką mitybą (9-11 klasių moksleiviams)
- 2) praktinės paskaitos skirtos pradinėms klasių moksleiviams apie saugų elgesį kelyje, prie vandens, kaip tinkamai apsisaugoti pavojų gamtoje, išskylaujant, supažindinimas su pirmosios pagalbos teikimu
- 3) mokymai kaip naudotis defibriliatoriumi (9-10 klasių moksleiviams)
- 4) Paskaitos užkrečiamų ligų profilaktikos tema (ikimokyklinio amžiaus vaikams)
- 5) Paskaitos/praktiniai užsiėmimai su prevenciniais psichologiniais žaidimais 7-11 klasių moksleiviams apie svaigalų žalą
- 6) Plokščiapėdystės korekcija ir profilaktika ikimokyklinio amžiaus vaikams
- 7) Mankšta su Thera-Band juostomis ir medinėmis lazdomis
- 8) Lytiškumo ugdymo tema
- 9) Užsiėmimas naudojant „Sąmoningumo žaidimą“ „Praeitis. Dabartis. Ateitis“
- 10) Prevencinė programa "Paauglių motyvacijos ir savivertės stiprinimas"
- 11) Paskaita-diskusija "Pykčio valdymas" (pradinukams)
- 12) Paskaita-praktinis užsiėmimas „Savęs pažinimas“ (skirta 5-9 klasių moksleiviams)

<p>1) Sveikatinimo stovyklos jaunimui (Paskaita (seminaras) apie sveikos gyvensenos principus, praktiniai fizinio lavinimo seminarai vaikams, seminaras (teorija ir praktika) apie sveiko maisto gaminimą)</p> <p>2) Šeimų sveikatingumo renginiai (vaikų kuriamų projektų sveikatos stiprinimo temomis konkursas, žygiai pėsčiomis, dviračiu, šiaurietiškas ėjimas, įvairūs sporto užsiėmimai.</p> <p>3) Mobilūs sveikatinimo renginiai (vyks ir mokyklose, paskaitos+ praktiniai fiziniai užsiėmimai), temos: sveika gyvensena ir jos reikšmė lėtinių neinfekcinių ligų prevencijai, mitybos, fizinio aktyvumo, streso reikšmė širdies ir kraujagyslių ir cukrinio diabeto atsiradimui bei prevencijai, traumų ir nelaimingų atsitikimų profilaktikai, mokoma suteikti pirmąją pagalbą, mokoma kaip teisingai sportuoti namuose, darbo vietoje, procesai, kurie vyksta treniruojantis, judesio ir muzikos užsiėmimai, kūno masės indekso vertinimas, ar mokame skaityti etiketes ir pan.</p>
<p>1) Mobilios klasės vizitai (konkursai-mini viktorinos sveikatos ugdymo temomis.</p>
<p>1) sveikatinimo užsiėmimai (vaikai mokymų metu patrauklia aktyvių ir loginių žaidimų forma praktiškai bus mokomi atminties ir susikaupimo gerinimo metodų, atsipalaidavimo, stresų ir neigiamų emocijų valdymo technikų, sveikos mitybos principų, valgymo kultūros, fizinio pratimų, atpalaiduojančių kvėpavimo, juoko, garso, muzikos ir šokio technikų);</p> <p>2) paskaitos sveikos gyvensenos temomis.</p>
<p>1) sveikatinimo užsiėmimai (vaikai mokymų metu patrauklia aktyvių ir loginių žaidimų forma praktiškai bus mokomi atminties ir susikaupimo gerinimo metodų, atsipalaidavimo, stresų ir neigiamų emocijų valdymo technikų, sveikos mitybos principų, valgymo kultūros, fizinio pratimų, atpalaiduojančių kvėpavimo, juoko, garso, muzikos ir šokio technikų);</p> <p>2) paskaitos sveikos gyvensenos temomis.</p>
<p>1) sveikatinimo užsiėmimai (vaikai mokymų metu patrauklia aktyvių ir loginių žaidimų forma praktiškai bus mokomi atminties ir susikaupimo gerinimo metodų, atsipalaidavimo, stresų ir neigiamų emocijų valdymo technikų, sveikos mitybos principų, valgymo kultūros, fizinio pratimų, atpalaiduojančių kvėpavimo, juoko, garso, muzikos ir šokio technikų);</p> <p>2) paskaitos sveikos gyvensenos temomis.</p>
<p>1) fiziniai užsiėmimai vaikams su specialiais dviračiais (kompleksinių sveikatinimo renginių metu)</p> <p>2) stovyklos vaikams: sveiko maisto ruošimas, skirtingos fizinio aktyvumo treniruotės, onkologinės ligos ir jų prevencija, streso prevencija, sveiko maisto gaminimas, blaivios pramogos jaunimui</p>

1) Mokymai pirmosios pagalbos teikimo organizavimo tema
2) teoriniai ir praktiniai seminarai:
a) Žmogaus augimas ir vystymasis, ligų profilaktika;
b) Protinė veikla, psichika;
c) Lyčių lygybė ir nediskriminavimas, pagalba ir priėmimas
žmonių sergančių onkologinėmis ir kitomis ligomis
3) veiko maisto gamavimo seminarai
4) fizinio aktyvumo seminarai
5) streso valdymo mokomieji seminarai
6) informaciniai / mokomieji viešinimo renginiai sveikatinimo
tema

1) vaikų kuriamų vaizdo klipų sveikatos stiprinimo temomis
konkursas

1) Fizinio aktyvumo įgūdžių lavinimo seminarai: joga,
kalanetika, pilates funkcinės treniruotės, mankšta vaikams
2) Sveikatinimo stovyklos: sveikos mitybos svarba, sveiko
maisto ruošimas, sveikos gyvensenos principai, fizinio
aktyvumo svarba, meditacijos užsiėmimai, atsipalaidavimo
terapijos, įvairūs fizinio aktyvumo užsiėmimai.
3) Sveikatinimo skatinimo seminarai: Sveika mityba, greito
maisto įtaka augančio vaiko sveikatai, taisyklingas
sėdėjimas mokyklos suole, netaisyklinga kūno laikysena,
asmens higienos užtikrinimas, praktiniai užsiėmimai,
organizuojant konkursą, kurio metu vaikai bus skatinami
kurti priemones, kuriose atsispindėtų sveikatos stiprinimo
temos, lyčių lygybės, nediskriminavimo, tolerancijos tema (1-
9kl);
Žalingų įpročių poveikis organizmui (narkotikai, alkoholis,
rūkymas), sveika mityba, taisyklingos laikysenos svarba,
fizinio aktyvumo svarba, streso valdymas, patyčios ir
smurtas, praktiniai užsiėmimai, organizuojant konkursą,
kurio metu vaikai bus skatinami kurti priemones, kuriose
atsispindėtų sveikatos stiprinimo temos, lyčių lygybės,
nediskriminavimo, tolerancijos tema (10-12 kl)
4) Švietėjiški renginiai Panevėžio miesto įstaigose (sveika
gyvensena, sveikatos raštingumas)
5) Filmų apie sveikatą peržiūros ir diskusijos
6) Protmūšiai vaikams sveikatingumo temomis
7) Švietėjiški renginiai skirti tiesiogiai informuoti apie
sveikatos išsaugojimą ir stiprinimą, ligų prevencijos bei
kontrolės temomis, sveikatinimo užsiėmimų galimybes
Panevėžio mieste

<p>1) Fizinio aktyvumo praktiniai užsiėmimai: šiaurietiškas vaikščiojimas, funkcinės treniruotės, mankšta</p> <p>2) Išvykstamųjų renginių Rokiškio įstaigose</p> <p>3) Mokomosios sveikatinimo stovyklos: Paskaita (seminaras) apie sveikos gyvensenos principus, praktiniai fizinio lavinimo seminarai vaikams, atsipalaidavimo terapijų seminarai vaikams, pėsčiųjų žygis, seminaras (teorija ir praktika) apie sveiko maisto gaminimą, praktiniai fizinio lavinimo seminarai vaikams</p> <p>4) Mokomieji seminarai sveikatos išsaugojimo, ligų prevencijos, pozityvios sveikatos elgsenos temomis</p> <p>5) Pirmosios pagalbos teikimo mokomieji renginiai</p>
<p>1) Pirmosios pagalbos teikimo renginiai</p> <p>2) Seminarai šiomis temomis: žalingų įpročių poveikis organizmui (narkotikai, alkoholis, rūkymas), sveika mityba, taisyklingos laikysenos svarba, fizinio aktyvumo svarba, streso valdymas, patyčios ir smurtas ir kt.</p> <p>3) Sveikos gyvensenos skatinimo stovykla vaikams (9-12kl): sveikos mitybos svarba, sveiko maisto ruošimas, sveikos gyvensenos principai, fizinio aktyvumo svarba, meditacijos užsiėmimai, atsipalaidavimo terapijos, įvairūs fizinio aktyvumo užsiėmimai.</p>
<p>1) Sveikos gyvensenos mokymai vaikams</p> <p>2) Taisyklingos laikysenos mokymai, užsiėmimai</p> <p>3) Fizinio aktyvumo įgūdžių ugdymo mokymai vaikams</p>
<p>1) Paskaitos Joniškio r. ugdymo įstaigų mokiniams</p> <p>2) Pirmosios pagalbos teikimo įgūdžių lavinimo užsiėmimai</p> <p>3) Alkoholio, tabako ir kitų psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencijos mokymai</p> <p>4) Lyčių lygybės ir asmenų nediskriminavimo dėl lyties, rasės, tautybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties mokymai</p> <p>5) Sveikos mitybos gebėjimų stiprinimo užsiėmimai</p> <p>6) Psichinės sveikatos stiprinimo mokymai</p> <p>7) Sveikos mitybos ir fizinio aktyvumo dienos stovyklos</p> <p>8) Interaktyvūs (mitybos, fizinio aktyvumo, sveiko gyvenimo būdo) renginiai-paskaitos</p>
<p>1) Mokymai vaikams:</p> <p>a) Sveikos gyvensenos įpročių formavimas</p> <p>b) Alkoholio, tabako ir narkotikų žala jauno žmogaus organizmui ir raidai</p> <p>c) Fizinio aktyvumo svarba jauno žmogaus augimui ir gerovei</p> <p>d) Sveikos mitybos principai</p> <p>2) Moksleivių sąskrydžiai:</p> <p>a) Stresas – „įkirk“ pozityvą</p> <p>b) Protmūšis „Kartu į sveikesnį rytojų“</p> <p>c) Psichoaktyvios medžiagos (alkoholis, rūkymas, elektroninės cigaretės, narkotikai)</p> <p>d) Linksmasis galvosūkis „Bendraukime sveikatos kalba“</p> <p>3) bendrųjų kompetencijų sveikatos tema kūrybinės dirbtuvės</p>

<p>1) Vaikų emocinės sveikatos stiprinimas: Paskaitos ir užsiėmimai rajono mokyklose lytiškumo ir vertybių, smurto, patyčių, lyčių lygybės ir nediskriminavimo temomis</p> <p>2) Paskaita „Sveika mityba“</p> <p>3) Sveikiausio patiekalo konkursas</p> <p>4) Paskaita „Žalingi įpročiai. Kaip jie veikia mūsų sveikatą?“</p> <p>5) Plakatų konkursas „Tabakas - grėsmė mums visiems“</p> <p>6) Sporto ikimokyklinio ugdymo įstaigose šventė „Judėjimo džiaugsmas“</p> <p>7) Video darbo/reklamos konkursas „Sportas - tai jėga“</p>
<p>1) Mokymas plaukti</p> <p>2) Sveikos gyvensenos nuostatų ugdymo stovykla (supažindinimas su įvairiomis sporto šakomis, ekskursijos, kitos veiklos)</p> <p>3) Pirmosios pagalbos mokymai</p>
<p>1) Vaikų emocinės sveikatos stiprinimas - paskaita</p> <p>2) Vaikų vasaros stovykla sveikatos stiprinimo tema 7-12 metų vaikams (žaidimai, pamokėlės, konkursai, sporto užsiėmimai)</p> <p>3) Lankstinukų konkursas Pasaulinei sveikatos dienai paminėti</p>
<p>1) Seminarai vaikams iki 18 metų</p> <p>2) Dokumentinių bei informacinių filmų peržiūra</p> <p>3) Šviečiamieji ir informaciniai renginiai mokyklose.</p> <p>Seminarai: traumų profilaktika, Kraujotakos ligos, galvos smegenų kraujotaka, vėžio profilaktika.</p>
<p>1) Atraktivos kliūčių ruožo estafetės, varžybos</p> <p>2) Netradicinio futbolo treniruotės, sportiniai žaidimai lauke</p> <p>3) Grupiniai fizinio aktyvumo didinimo užsiėmimai (joga, kineziterapija)</p> <p>4) Šiaurietiško ėjimo treniruotės</p> <p>5) Konferencija jaunimui „Sakau TAIP blaiviam gyvenimui“</p> <p>6) Mokymai vaikams, skirti sveikatos raštingumui didinti ir sveikai gyvensenai ugdyti (mokymų ciklai asmens higienos (burnos ir kūno), ligų prevencijos ir sveikos mitybos, nutukimo prevencijos temomis)</p> <p>7) Mokymai, skirti priklausomybių, psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencijai ir psichikos sveikatai stiprinti</p> <p>8) Pirmos pagalbos mokymai</p> <p>9) Grupiniai psichikos sveikatos stiprinimo praktiniai užsiėmimai</p>

- 1) Mokymai fizinio aktyvumo skatinimo temomis vaikams ir jaunimui
- 2) Mokymai sveikatai palankios mitybos skatinimo ir nutukimo prevencijos temomis vaikams ir jaunimui
- 3) Mokymai alkoholio, tabako ir kitų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos temomis vaikams ir jaunimui
- 4) Mokymai psichikos sveikatos stiprinimo temomis vaikams ir jaunimui
- 5) Mokymai užkrečiamųjų ligų prevencijos ir asmens higienos įgūdžių ugdymo temomis vaikams ir jaunimui
- 6) Pirmosios pagalbos mokymai vaikams ir jaunimui

- 1) Sveikos gyvensenos mokymai vaikams
- 2) Fizinio aktyvumo įgūdžių ugdymo mokymai vaikams,

Vaikų grupė neišskirta

1) Mokymai moksleiviams pirmosios pagalbos, žalingų įpročių prevencijos ir lytiškumo temomis

- 1) Fizinio aktyvumo įgūdžių formavimo užsiėmimai:
 - a) Joga,
 - b) Funkcinės treniruotės,
 - c) Mankšta,
 - d) Šiaurietiškas vaikščiojimas,
 - e) Gimnastika.
- 2) Filmų apie sveiką gyvenseną peržiūra ir diskusija
- 3) Pirmosios pagalbos mokymų organizavimas
- 4) Sveikatingumo seminarų organizavimas
- 5) Sveikatingumo savaitė (temos: fizinė sveikata; sąmoningo mankštiniimosi tikslai ir nauda; pozityvūs sveikos gyvensenos elgsenos pokyčiai, sveikos gyvensenos vertybės; atsipalaidavimas, atsipalaidavimo svarba, technikos ir būdai; Meno terapija, sąmoningas kvėpavimas.
- 6) konkursai vaikams sveikatos stiprinimo temomis.

Vaikų grupė neišskirta

- 1) Darnios raidos akademija (laikysena + fizinis aktyvumas)
- 2) Vaikų sveikatingumo stovykla. Temos: lyčių lygybė ir nediskriminavimas dėl lyties, rasės, tautybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties, tikėjimo, įsitikinimų ar pažiūrų, amžiaus, negalios, lytinės orientacijos, etninės priklausomybės, religijos, psichikos sveikata, mitybos ir nutukimo prevencija, traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija, pirmosios pagalbos suteikimas, burnos ir dantų higiena, anafilaksinio šoko požymiai (dėl maisto ar įgėlus vabzdžiui), fizinis aktyvumas, alkoholio, tabako ir psichiką veikiančių medžiagų prevencija.
- 3) Vaikų fizinio aktyvumo programa „Aktyvus gyvenime - AG!“
- 4) Pirmosios pagalbos mokymai

1) Informaciniai seminarai (Pagal veiklas planuojama organizuoti informacinius seminarus apie sveiką mitybą, fizinį aktyvumą, asmens higienos užtikrinimą, apie lyčių lygybę ir nediskriminavimą dėl lyties, rasės, tautybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties, tikėjimo, įsitikinimų ar pažiūrų, amžiaus, negalios, lytinės orientacijos, etninės priklausomybės, religijos).

2) Stovyklos:

- a) Maisto ruošimo kursai
- b) Susitikimas su žymiais žmonėmis, sportininkais
- c) Fizinio aktyvumo užsiėmimai
- d) Motyvaciniai pokalbiai
- e) Žaidimai, viktorinos
- f) Kūno masės sudėties matavimą
- g) Pirmos pagalbos mokymai

3) Vaikų bėgimo kursai

4) Jump kangoo užsiėmimai

5) Plaukimo ir vandens aerobikos kursai

1) Mokymai apie vaikų mitybą švietimo įstaigų bendruomenėms

Vaikų grupė neišskiriama

1) Pirmos pagalbos mokymai

2) sveikatingumo užsiėmimai 7-10 metų vaikams: mankštos, estafetės, šokių mokymai, paskaitelės apie sveiką mitybą, higieną, saugų elgesį gamtoje, piešimas, lipdymas, lankstymas

1) Sveikos gyvensenos elgsenos pagrindų formavimo stovykla vaikams (Sveikos mitybos svarba, sveiko maisto ruošimas, sveikos gyvensenos principai, fizinio aktyvumo svarba, meditacijos užsiėmimai, atsipalaidavimo terapijos, įvairūs fizinio aktyvumo užsiėmimai, įtraukta tema apie lyčių lygybę ir nediskriminavimą dėl lyties, rasės, tautybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties, tikėjimo, įsitikinimų ar pažiūrų, amžiaus, negalios, lytinės orientacijos, etninės priklausomybės, religijos)

2) Sveikatingumo mokymo seminarai:

Sveika mityba, greito maisto įtaka augančio vaiko sveikatai, taisyklingas sėdėjimas mokyklos suole, netaisyklinga kūno laikysena, asmens higienos užtikrinimas, lyčių lygybė ir nediskriminavimas, sveiko maisto gaminimas, situacijų analizė, žalingų įpročių poveikis organizmui (narkotikai, alkoholis, rūkymas), fizinio aktyvumo svarba, streso valdymas, patyčios ir smurtas.

- 1) Sveikos gyvensenos ugdymo veiklos ikimokyklinio amžiaus vaikams (0-7metai) per fizinį aktyvinimą, įtampos mažinimą (zumba, vaikų fitnesas, šokio judesio terapija, dailės terapijos metodų taikymas, akmenėlių terapija.
- 2) Sveikos gyvensenos ugdymo stovyklos vaikams (veiklos mitybos, fizinio aktyvumo, psichinės sveikatos, asmens higienos, žalingų įpročių prevencijos temomis. Žygiai, rytinės mankštos kitos fizinio aktyvumo veiklos.