



К. Калинауско ул. 10, Шилуте LT-99130, тел. (370 441) 52217, [www.silutessveikata.lt](http://www.silutessveikata.lt), электронная почта: [info@silutessveikata.lt](mailto:info@silutessveikata.lt)

## БЕСПЛАТНЫЕ УСЛУГИ ОТДЕЛА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ШИЛУТСКОГО РАЙОНА ДЛЯ ГРАЖДАН УКРАИНЫ НА РУССКОМ И АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКАХ

| Эйл. Нет.                    | Название мероприятия                                 | Дата, время *                     | Место проведения  | Целевая группа | Комментарии  |
|------------------------------|--|-----------------------------------|---|----------------|--|
| <i>Физическая активность</i> |  |                                   |   |                |  |
| 1.                           | Йога - на русском                                    | Каждый четверг в 12.00.           | Шилутский спортивный клуб "Atėnai", ул. 13В, Шилуте                             | Взрослые       | Необходима предварительная запись тел. +370 687 93628;<br><br>Онлайн регистрация<br><a href="https://forms.gle/8zgRrfRoRAitwU7F7">https://forms.gle/8zgRrfRoRAitwU7F7</a>      |
| 2.                           | Йога - на русском                                    | Каждый вторник и четверг в 18.15. | Шилутский спортивный клуб "Atėnai", ул. 13В, Шилуте (в прямом эфире и удаленно) | Взрослые       | Необходима предварительная регистрация тел. +370 687 93628;<br><br>Онлайн регистрация<br><a href="https://forms.gle/n49S2zuxyy5kzwMS9">https://forms.gle/n49S2zuxyy5kzwMS9</a> |
| 3.                           | Занятия физкультурой - Каланетика - на русском языке | Каждый вторник в 12.00.           | Шилутский спортивный клуб "Atėnai", ул. 13В, Шилуте.                            | Взрослые       | Необходима предварительная запись тел. +370 687 93628;<br><br>Онлайн регистрация<br><a href="https://forms.gle/wc5D8hK9HLppaq6n9">https://forms.gle/wc5D8hK9HLppaq6n9</a>      |
| 4.                           | Занятия физкультурой - Каланетика - на русском языке | Каждую среду в 18.15.             | Шилутский спортивно-оздоровительный центр «Атенай», ул. 13В, Шилуте.            | Взрослые       | Необходима предварительная запись тел. +370 687 93628;<br><br>Онлайн регистрация<br><a href="https://forms.gle/t7sLD8pfwPLaPVeK6">https://forms.gle/t7sLD8pfwPLaPVeK6</a>      |

|                                      |  |   |   |  |   |
|--------------------------------------|--|---|---|--|---|
| 5.                                   | Тренировки для детей - на английском языке                               | Каждый понедельник и среду в 15.30.   | Спортзал Видунасской гимназии   | Для детей (7-13 лет)                       | Требуется предварительная регистрация тел. +370 641 34 230<br><br>Онлайн регистрация<br><a href="https://forms.gle/1Z7hgGTYwwcWjxED7">https://forms.gle/1Z7hgGTYwwcWjxED7</a>   |
| <b>Службы психологической помощи</b> |  |   |   |  |   |
| 6.                                   | Психологические индивидуальные консультации - на английском языке        | в Шилуте каждый день  | К. Калинауско ул. 10, 4 этаж, 2 кабинет, Шилуте                                     | Для детей                                  | Требуется предварительная регистрация тел. +370 654 46021 или по электронной почте п. <a href="mailto:kristina.pilipaviciene@silutesveikata.lt">kristina.pilipaviciene@silutesveikata.lt</a><br><br>Специалист по психологическому благополучию Кристина Ражаускайте-Пилипавичене |
| 7.                                   | Психологические индивидуальные консультации - на русском языке           | в Шилуте каждый день, при необходимости психолог Диана может приехать по месту жительства | Глуошно ул. 13, Шилуте или на территории Шилуте по прибытии в место жительства лица | Для взрослых (на русском языке)            | Требуется предварительная регистрация тел. +370 676 40714,<br><br>Онлайн регистрация<br><a href="https://forms.gle/zwniXMEvPakjXS5L7">https://forms.gle/zwniXMEvPakjXS5L7</a><br><br>Психолог Диана Лучинскене,   |
| 8.                                   | Групповые практические занятия по управлению стрессом - на русском языке | Ежедневно   | Глуошно ул. 13, Шилуте или на территории Шилуте по прибытии в место жительства лица | Проводится для группы от 10 человек        | Необходима предварительная запись тел. +370 676 40714,<br><br>Онлайн регистрация<br><a href="https://forms.gle/n4LAPoi79VZZXMPn8">https://forms.gle/n4LAPoi79VZZXMPn8</a><br><br>Психолог Диана Лучинскене,<br>Ассистент Юрате Грицевичене  |
| 9.                                   | Индивидуальные консультации нарколога - на русском и английском языке    | Каждый четверг  | К. Калинауско ул. 10, 4 этаж, 2 кабинет, Шилуте                                     | Жители Шилутского районного самоуправления | Требуется предварительная регистрация тел. +370 659 30064   |

-----