



29.05.2017.

Aicinām Smiltenes novada iedzīvotājus piedalīties bezmaksas nūjošanas nodarbībās

Aicinām Smiltenes novada iedzīvotājus piedalīties bezmaksas nūjošanas nodarbībās, lai uzlabotu vispārējo veselību un apgūtu nūjošanas tehniku trenera vadībā. Nūjošanas process palīdz zaudēt lieko svaru, uzlabo vispārējo veselību, samazina sāpes un saspringumu plecu un kakla zonā. Tā ir droša fiziska aktivitāte ar minimālu ievainojumu risku. Ļoti efektīva visiem gadagājuma cilvēkiem, lai uzlabotu kustību spēju.

Nodarbības norisināsies **projekta “Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai Smiltenes novadā”** Nr. 9.2.4.2/16/I/052 ietvaros.

Nodarbību sākumi 2017.gada 2.jūnijā plkst. 10.00 un plkst. 19.00, pulcēšanās vieta ir pie Tepera ezera āra trenāžieriem. Nodarbības notiks jūnijā katru piektdienu, izņemot 23.06.2017.

Jautājumu gadījumā sazināties Sociālo darbinieci Anitu Šteinbergu, tel. nr. 64707865, m.t. 26362282, e- pastu anita.steinberga@smiltene.lv

Projekts 9.2.4.2/16/I/052 „ Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai Smiltenes novadā “norisinās darbības programmas "Izaugsme un nodarbinātība" 9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa “Uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem, jo īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem” 9.2.4.2. pasākuma “Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei” ietvaros. Projekts tiek finansēts no Eiropas Sociālā fonda un valsts budžeta līdzekļiem