

Fizioterapeita nodarbība

cēsis

ESF Projekts 9.2.4.2. "Pasākumi Cēsu novada pašvaldības iedzīvotāju veselības veicināšanai un slimību profilaksei"

Fizioterapeita nodarbība



27.09.



Līvu pamatskolā plkst.11.00

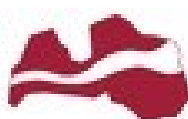
Rāmuļu pamatskolā plkst.13.30

Nodarbību vadīs Vidzemes Olimpiskā
centra fizioterapeits Uldis Sproģis



LATVIJAS REPUBLIKAS
FINANŠU MINISTRIJA

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Trešdien, 27.septembrī, plkst.11.00 Līvu pamatskolā un plkst.13.30 Rāmuļu pamatskolā notiks fizioterapeita nodarbība. Trešdien, 27.septembrī, plkst.11.00 Līvu pamatskolā un plkst.13.30 Rāmuļu pamatskolā notiks fizioterapeita nodarbība.

Vidzemes Olimpiskā centra fizioterapeita Ulda Sproģa vadībā iedzīvotājiem būs iespēja apgūt pareizu vingrojumu izpildes tehniku, apgūt piemērotu slodzes dozēšanu. Iedzīvotāji tiks informēti par fizisko aktivitāšu nozīmi veselīga dzīvesveida uzturēšanā. Tas ir īpaši svarīgi bērniem, kas dzīvojot tehnoloģiju laikmetā, kas attīstās tik strauji, bieži vien izvēlas remdēt garlaicību, skatoties televizoru vai spēlējot datorspēles, nekā skraidot pa sētu, spēlējot spēles.

Fizioterapeits informēs arī par fiziskās slodzes samērīgumu un līdzsvaru, kam ir īpaša nozīme bērnu augšanas procesā.