

Dienas centrā „Saules taka” veselīga dzīvesveida nedēļa



Skolēnu brīvdienās no 27. līdz 31.oktobrim dienas centrā „Saules taka” notika veselīga dzīvesveida nedēļa, kurā jaunieši un bērni iepazinās ar dažādiem sporta veidiem.



Skolēnu brīvdienās no 27. līdz 31.oktobrim dienas centrā „Saules taka” notika veselīga dzīvesveida nedēļa, kurā jaunieši un bērni iepazinās ar dažādiem sporta veidiem.

Tika organizētas nūjošanas, slēpošanas, futbola, tāllēkšanas, basketbola, orientēšanās, skriešanas, novusa sacensības un citas ar sportu saistītas aktivitātes. Sporta koordinatore Rasas Siliņas pavadībā nedēļas garumā tika apgūtas nūjošanas prasmes gan lieliem, gan maziem.

Veselīgā dzīvesveida nedēļa noslēdzās ar Latvijas Republikas Veselības ministrijas un Slimību profilakses un kontroles centra kampaņu „Brīvs”, kuras ietvaros lekciju “Domu apmaiņa par smēķēšanu” novadīja veselības speciāliste Zane Brente-Brantiņa. Z. Brente – Brantiņa mūs informēja par smēķēšanas kaitīgumu, tās iedarbību uz veselību un psihi. Veicot grupu uzdevumus, mēs pārbaudījām savas zināšanas par smēķēšanas ietekmi uz veselību. Mūsu vidū radās teiciens: “Smēķēt ir slikti,” tāpēc visi esam pret smēķēšanu. Mēs iesakām visiem jauniešiem neiesaistīties šādu kaitīgo vielu lietošanā, bet gan domāt par savu veselību! Veselā miesā, vesels gars!

Arī tu, tāpat kā mēs, vari iesaistīties akcijā
„Brīvs, izveidojot savu unikālo zaļo aprocīti.
Esi brīvs!

Paldies Zanei, Rasai un dienas centra „Saules taka” audzinātājai Initai par veselīga dzīvesveida nedēļu!



EEZ finanšu instrumenta 2009-2014 programmas „NVO fonds” NVO projektu programmas Projekta Nr.2012.EEZ/PP/1/MEC/074/038

***„Brīvprātīgais sociālais darbs kā
pamats labākai dzīves kvalitātei”***

Informāciju sagatavoja:
Dienas centra „Saules taka” jaunieši