

Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Olaines novada iedzīvotājiem no 2017. gada līdz 2019. gadam

Projekta ietvaros Olaines novadā norisinās dažādi izglītojoši pasākumi par veselīgu dzīvesveidu, kā arī praktiskās nodarbības, kurās ir iespēja gūt prasmes un iemaņas, iekļaujot tās savā ikdienā un mainot paradumus, tādējādi saglabājot veselību un izvairoties no saslimšanām.

Projekts ir vērsts uz prioritārajām veselības problēmām, kas ir aktuālas gan valstī kopumā, gan Olaines novadā - sirds un asinsvadu slimības, perinatālā un neonatālā perioda aprūpe, reproduktīvā un garīgā veselība.

Projekts tiek īstenots ar šādos virzienos - veselīga uztura lietošanas veicināšana, fizisko aktivitāšu veicināšana, atkarību mazināšana, reproduktīvās veselības veicināšana, garīgās veselības veicināšana un slimību profilakses uzlabošana.

aktīvs
Olaines novads

dalība BEZMAKSAS

NO 5. NOVEMBRA

PIRMDIENĀS
17:30

CETURTDIENĀS
10:00

VINGROŠANA
grūtniecēm

SPORTIŅŠ
jaunajām māmiņām

Vieglas slodzes vingrinājumi, kas tonizē un nostiprina ķermeņa muskulatūru. Īpaša uzmanība veltīta elpošanai un sava ķermeņa sajūšanai.

Vidējas intensitātes treniņš ķermeņa muskulatūras nostiprināšanai un slaida auguma veidošanai. Droši ņemam arī līdzī mazulisi!

Olaines peldbaseina nodarbību zāle
Stadiona iela 2, Olaine

Projekta Nr. 8.2.4.2/18/002 "Veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Olaines novada iedzīvotājiem no 2017. gada līdz 2019. gadam"



aktīvs
Olaines novads

BEZMAKSAS nodarbības

SENIORS
fiziski aktīvs

izglītojoša lekcija + praktiska nodarbība

5. okt. 12. okt. 19. okt. 26. okt.

Jaunolaines Kultūras nams
Meža iela 2, Jaunolaine
14:00- 15:30

Olaines peldbaseina nodarbību zāle,
Stadiona iela 2, Olaine
16:00- 17:30

* vingrosim zeķītēs un ērtā apģērbā

Projekta Nr. 8.2.4.2/18/002 "Veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Olaines novada iedzīvotājiem no 2017. gada līdz 2019. gadam"



Dalība
BEZ MAKSAS



LEKCIJA
**"Krūts ēdināšana.
 Uzturs grūtniecības periodā un
 jaunajām māmiņām."**
27. februārī plkst. 10:30
 Bērnu un jauniešu sociālā atbalsta centrs "OLAKS"
 Stacijas ielā 38a, Olainē

Lekciju vadīs zīdīšanas konsultante Sandra Lase.
 Lekcija notiek sarunas veidā- varēsī uzdot sev
 interesējošus jautājumus!

Vairāk informācijas, rakstot e-pastu uz aktivs@olaine.lv

Projekts Nr. 9.2.4.2./16/V/062 "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Olaines novada iedzīvotājiem no 2017.gada līdz 2019.gadam.



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



LEKCIJA
"Veselīgs uzturs Tavā ikdienā"

Otrdien, 19. februārī plkst. 13:00
 ONSA "Olaines sociālais dienests" klientu
 apkalpošanas centrs "Gaismas"
 Gaismas iela 6, Stūnīši, Olaines novads

Dalība BEZMAKSAS

Lekciju vadīs uztura speciāliste Anda Radziņa

Vairāk informācijas, rakstot e-pastu uz aktivs@olaine.lv

Projekts Nr. 9.2.4.2./16/V/062 "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Olaines novada iedzīvotājiem no 2017.gada līdz 2019.gadam.



IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Projekta ietvaros paredzētais atbalsts tiek orientēts īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem, tai skaitā lauku reģionos dzīvojošiem iedzīvotājiem, personām ar invaliditāti, vecāka gadagājuma cilvēkiem, trūcīgām personām u.c.

Olaines novada pašvaldība 2017. gada 20. jūnijā noslēdza līgumu ar Centrālo finanšu un līgumu aģentūru par projekta "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Olaines novada iedzīvotājiem no 2017. gada līdz 2019. gadam" (Nr. 9.2.4.2./16/I/062) īstenošanu.

Projekta mērķis ir veicināt veselīgu dzīvesveidu Olaines novada iedzīvotājiem.

Projekta izmaksas: 219 894.00 EUR.

Publiskais finansējums (Eiropas Sociāla fonda finansējums): 186 909.90 EUR.

Projekts tiek īstenots no 2017. – 2020.gadam.

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ