



**Aizkraukles novada pasākumu grafiks 2022.gada oktobrim  
veselības veicināšanas un slimību profilakses jomā**

Nr.p .k.	Datumi	Norises laiks	Īstenošanas vieta (adrese)	Nosaukums	Piezīmes
1	26.10.2022.	17.30 - 18.30	Bebru pamatskolā, Vecbeбри, Bebru pagasts	Nodarbība "Pilates"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051(sms) (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
2	26.10.2022.	19.00 - 20.00	Iršu sporta hallē, Irši, Iršu pagasts	Nodarbība "Pilates"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051(sms) (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
3	25.10.2022.	18.00 - 19.00	Ilmāra Gaiša Kokneses vidusskolā, Parka iela 27, Koknese	Nodarbība "Pilates"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051(sms) (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
4	03.10.2022. 10.10.2022. 17.10.2022.	17.30 - 18.30	Bebru pamatskola, Vecbeбри, Bebru pagasts, Aizkraukles novads	Nodarbība "Zumba"	Iepriekšēja pieteikšanās pa treneres Kristīne Rubene rakstot uz e-pastu: kristinerubene@inbox.lv Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
5	03.10.2022. 10.10.2022. 17.10.2022.	19.00 - 20.00	Iršu sporta halle, Irši, Iršu pagasts, Aizkraukles novads	Nodarbība "Zumba"	Iepriekšēja pieteikšanās pa treneres Kristīne Rubene rakstot uz e-pastu: kristinerubene@inbox.lv Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
6	05.10.2022. 12.10.2022. 19.10.2022.	18.00 - 19.00	Ilmāra Gaiša Kokneses vidusskola, Parka iela 27, Koknese, Aizkraukles novads	Nodarbība "Zumba"	Iepriekšēja pieteikšanās pa treneres Kristīne Rubene rakstot uz e-pastu: kristinerubene@inbox.lv Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
7	14.10.2022.	09:00 - 14:00	5., 6., 7. klasēm Ilmāra Gaiša Kokneses vidusskola, Parka iela 27, Koknese, Aizkraukles novads	Jauniešu izglītošana par tēmu "pubertitāte zēniem / meitenēm"	Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
8	06.10.2022 13.10.2022 20.10.2022 27.10.2022	10:40-12:40	Kokneses sporta centra peldbaseins, Parka 27a, Koknese, Kokneses novads	Peldēt apmācības PII iestāžu 6 gadīgajiem bērniem. Akt.Nr.11.1.	PII iestāžu 6 gadīgajiem bērniem (divas grupas PII "Sprīdītis"). Ceturtdienās (6.10, 13.10, 20.10, 27.10.) "slēgts pasākums". Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/082 "Pasākumi Skrīveru sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei" ietvaros.

9	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022.	16.00-17.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	1. grupa (6-15 gadi), Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus. Projekta Nr.9.2.4.2./16/1/023 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakse Aizkraukles novadā" ietvaros.
10	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022.	17.00-18.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	2. grupa (6-15 gadi) Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus. Projekta Nr.9.2.4.2./16/1/023 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakse Aizkraukles novadā" ietvaros.
11	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022.	18.00-19.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	1. grupa (no 16 gadiem) Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus. Projekta Nr.9.2.4.2./16/1/023 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakse Aizkraukles novadā" ietvaros.
12	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022..	19.00-20.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	2. grupa (no 16 gadiem) Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus. Projekta Nr.9.2.4.2./16/1/023 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakse Aizkraukles novadā" ietvaros.
13	06.10.2022. 13.10.2022. 20.10.2022. 27.10.2022.	19.00-20.00	Parka iela 27a, Koknese, LV-5116	Aktīvās nodarbības baseinā	Nodarbības vadīs Mārtiņš Lielups 27182064. Projekta Nr.9.2.4.2./16/1/023 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakse Aizkraukles novadā" ietvaros.
14	03.10.2022. 06.10.2022. 10.10.2022. 13.10.2022. 17.10.2022. 20.10.2022. 24.10.2022. 27.10.2022.	19:00 - 20:00	Sporta zāle, Daugavas iela 50, Pļaviņas	Vingrošana	Pasākums visiem iedzīvotājiem. Pasākums notiek pirmdienās un ceturtdienās fizioterapeites Janīnas Grinsones -Veldes pavadībā projekta Nr.9.2.4.2/16/1/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros". Ceturtdienās nodarbības no pl.19.10-20.10. Pieteikšanas nodarbībām pa tel.27870290.
15	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022. 25.10.2022.	19.00-20.00	Pļaviņu kultūras centrs, Daugavas iela 49, Pļaviņas	Cigun	Pasākums visiem iedzīvotājiem. Pasākums notiek katru otrdienu cigun instruktore Kristīnes Rulles pavadībā projekta Nr.9.2.4.2/16/1/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros". Pieteikšanas nodarbībām pa tel.29441564.
16	07.10.2022. 14.10.2022. 21.10.2022. 28.10.2022.	10.00-12.00	PII "Jumītis" filiāle "Bērziņš", Rīgas 11A, Pļaviņas, Aizkraukles novads,	"Fizisko aktivitāšu darbnīca bērniem"	Slēgts pasākums bērniem vecumā no 5-6 gadiem. Pasākums notiek katru piektdienu fizioterapeites Janīnas Grinsones-Veldes pavadībā projekta Nr.9.2.4.2/16/1/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros"

17	15.10.2022.	10.00-15.00	Daugavas iela 50, Pļaviņas, Aizkraukles novads ( <i>slīktu laikpārkāpumu gadījumā sporta zālē</i> )	Fizisko aktivitāšu veselības diena	Pasākums visiem iedzīvotājiem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros paredzēta nūjošana, deju aerobika, vingrošanas nodarbība. Pieteikšanās nūjošanas nodarbībām, kam nepieciešamas nūjas nodarbībām pa tel.27870290.
18	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022. 25.10.2022.	18.00 -19.00	Jauniešu iniciatīvu centrs, Lauku iela 6, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības jauniešiem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
19	06.10.2022. 13.10.2022. 20.10.2022. 27.10.2022.	1.grupa:10.30 -11.00 2.grupa:11.00 - 11.30	Seces pagasta PII "Vasariņa", Seces pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības bērniem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
20	07.10.2022.	1.grupa: 13.30-14.10 2.grupa: 14.20-15.00	Seces pamatskola, sporta zāle, Seces pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības skolēniem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
21	03.10.2022. 10.10.2022. 17.10.2022. 24.10.2022. 31.10.2022.	17.00 - 18.00	Seces pamatskola, sporta zāle (Seces dienas centra vietā), Seces pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības pieaugušajiem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
22	07.10.2022. 14.10.2022. 21.10.2022. 28.10.2022.	17.00 -18.00	Staburaga Saieta nams, Staburaga pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības pieaugušajiem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
23	05.10.2022. 12.10.2022. 19.10.2022.	18.00 -19.00	Daudzeses pagasta pakalpojumu centrs, Daudzeses pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības pieaugušajiem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
24	06.10.2022. 13.10.2022. 20.10.2022. 27.10.2022.	ceturtdienas plkst. 13.30 - 14.15.	Kokneses sporta centrs, Koknese, Parka iela 27a	Peldēt-apmācības skolēniem	Slēgts pasākums (konkrētai mērķgrupai: skolēniem. Daudzeses pamatskola). Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros
25	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022. 25.10.2022.	otrdienas plkst. 17:15- 18:45	Seces pagasts, Aizkraukles novads	Nūjošanas nodarbības	Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros

26	04.10.2022. 11.10.2022. 18.10.2022. 25.10.2022.	otrdienas plkst. 19:00-20:30	Jaunjelgava, Aizkraukles novads	Nūjošanas nodarbības	Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros
27	07.10.2022. 14.10.2022. 21.10.2022. 28.10.2022.	piektdienas plkst. 14:15-15:45	Sunākstes pagasts, Aizkraukles novads	Nūjošanas nodarbības	Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.

Iespējamās pasākumu izmaiņas, tāpēc aktuālajai informācijai aicinām sekot līdzi mājaslapā [www.aizkraukle.lv](http://www.aizkraukle.lv). Aicinām rūpēties par savu veselību un apmeklēt nodarbības! Visi pasākumi iedzīvotājiem ir bez maksas!

*Informāciju sagatavoja: Attīstības nodaļa*