



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

Nr.p .k.	Datumi	Norises laiks	Īstenošanas vieta (adrese)	Nosaukums	Piezīmes
1	01.03.2022. 08.03.2022. 15.03.2022. 22.03.2022.	19.00 - 20.00	Kokneses sporta centrs, Parka iela 27a, Koknese	Nodarbība "Ārstnieciskā vingrošana ūdenī ar vidēju intensitāti"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr.+371 29682910 (nodarbību vadītāja Janīna Grinsone-Velde). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
	03.03.2022. 10.03.2022. 17.03.2022. 24.03.2022. 31.03.2022.	18.00 - 19.00			
2	01.03.2022. 08.03.2022. 15.03.2022.	19.00-20.00	Jauniešu iniciatīvu centrs, Lauku iela 6, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana pieaugušajiem. Iepriekšēja ieteikšanās: pa tālr.26120864, sūtot sms vai whatsapp, norādot vārdu, uzvārdu. Projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
3	01.03.2022. 08.03.2022. 15.03.2022. 22.03.2022. 29.03.2022.	20.00-21.00	Kokneses sporta centrs, Parka iela 27a, Koknese	Peldbaseins iedzīvotājiem	Peldbaseina apmeklējums iedzīvotājiem. Bez maksas apmeklējums, rindas kārtībā bez ieteikšanās. Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/082 "Pasākumi Skrīveru sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei" ietvaros.
	05.03.2022. 12.03.2022. 19.03.2022. 26.03.2022.	14.00-15.00			

4	02.03.2022. 09.03.2022. 16.03.2022. 23.03.2022. 30.03.2022.	10.00 - 11.00	Kokneses kultūras nams, Hanzas iela 2, Koknese	Nodarbība "Deju un kustību terapija personām ar invaliditāti"	Slēgta grupa. Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
5	02.03.2022. 16.03.2022. 23.03.2022. 30.03.2022.	11.00-12.00	Andreja Upīša Skrīveru vidusskolas sporta laukumā (labvēlīgos laika apstākļos) Stacijas laukumā 1, Skrīveru novadā	Fiziskās aktivitātes senioriem	Veselības veicināšanas nodarbības - fiziskās aktivitātes senioriem. Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr.+371 29502773. Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/082 "Pasākumi Skrīveru sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei" ietvaros.
6	02.03.2022. 09.03.2022. 16.03.2022. 23.03.2022. 30.03.2022.	12.00-13.00	Jauniešu iniciatīvu centrs, Lauku iela 6, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana senioriem. Iepriekšēja pieteikšanās: pa tālr.26120864, sūtot sms vai whatsapp, norādot vārdu, uzvārdu. Projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
7	02.03.2022. 09.03.2022. 16.03.2022. 23.03.2022. 30.03.2022.	18.00 - 19.00	Ilmāra Gaiša Kokneses vidusskola, Parka iela 27, Koknese	Nodarbība "Zumba"	Iepriekšēja pieteikšanās pa e-pastu: kristinerubene@inbox.lv (nodarbību vadītāja Kristīne Rubene). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
8	03.03.2022. 10.03.2022. 17.03.2022.	9.20 - 9.50	Jaunjelgavas PII "Atvasīte", Liepu iela 23, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana bērniem līdz 3.g.v. Projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
9	03.03.2022. 10.03.2022. 17.03.2022.	9.50 - 10.20	Jaunjelgavas PII "Atvasīte", Liepu iela 23, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana bērniem līdz 3.g.v. Projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
10	03.03.2022. 10.03.2022. 07.03.2022.	17.30 - 18.30 18.00 - 19.00	Links uz nodarbību ZOOM: https://zoom.us/j/8162343610?pwd=M2VsMmF0djhPRDVxV05RUGs2REkxZz09	Nodarbība "Ārstnieciskā vingrošana fizioterapeita pavadībā"	Meeting ID: 903 121 4951 , Parole: 1txOsy Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.

11	03.03.2022. 10.03.2022. 17.03.2022. 24.03.2022. 31.03.2022.	19.00-20.00	Kokneses sporta centrs, Parka iela 27a, Koknese	Aktīvās nodarbības baseinā	Iepriekšējās pieteikšanās pa tālr.nr.27182064 (nodarbību vadītājs Mārtiņš Lielups). Projekta Nr.9.2.4.2./16/1/023 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakse Aizkraukles novadā" ietvaros.
12	04.03.2022. 08.03.2022.	18.00 - 19.00	Kokneses sporta centrs, Parka iela 27a, Koknese	Nodarbība "Ārstnieciskā vingrošana ūdenī senioriem"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr.+371 29682910 (nodarbību vadītāja Janīna Grinsone-Velde). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
13	04.03.2022. 11.03.2022. 18.03.2022. 25.03.2022.	19.00 - 20.00	Kokneses sporta centrs, Parka iela 27a, Koknese, Aizkraukles novads	Peldbaseina apmeklējums	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr.+371 27870290. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros.
14	06.03.2022. 13.03.2022. 20.03.2022. 27.03.2022.	14.00 - 15.00	Kokneses sporta centrs, Parka iela 27a, Koknese, Aizkraukles novads	Peldbaseina apmeklējums	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr.+371 27870290. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros.
15	07.03.2022. 14.03.2022. 21.03.2022. 28.03.2022.	19.00 - 20.00	Sporta zālē, Daugavas ielā 50, Pļaviņās	Vingrošanas nodarbība	Nodarbība klātienē. Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr.+371 27870290 (nodarbību vadītāja Janīna Grinsone-Velde). Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros.
16	16.03.2022. 23.03.2022. 30.03.2022.	19.30-20.30	Kokneses sporta centrs, Koknese, Parka iela 27a	Ūdens aerobika sirds un asinsvadu sistēmas stiprināšanai	Pieteikties: e-pastā: evija.steina.lodzina@aizkraukle.lv vai sms, whatsapp uz tālr.: 26954795. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.

17	19.03.2022. 26.03.2022.	13.00-14.00	Kokneses sporta centrs, Koknese, Parka iela 27a	Ūdens aerobika sirds un asinsvadu sistēmas stiprināšanai	Pieteikties: e-pastā: evija.steina.lodzina@aizkraukle.lv vai sms, whatsapp uz tālr.: 26954795. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
18	09.03.2022. 23.03.2022. 30.03.2022.	10.00 - 10.30	Daudzeses pagasta PII "Čiekuriņš", Daudzeses pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana bērniem Projekts Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē"
19	09.03.2022. 23.03.2022. 30.03.2022.	10.35 - 11.05	Daudzeses pagasta PII "Čiekuriņš", Daudzeses pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana bērniem Projekts Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē"
20	03.03.2022. 10.03.2022. 24.03.2022. 31.02.2022.	12.20-13.00	Jaunjelgavas vidusskola, Uzvaras iela 1a, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana skolēniem Projekts Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē"
21	07.03.2022. 21.03.2022. 28.03.2022.	8.40 - 9.20	Jaunjelgavas vidusskola, Uzvaras iela 1a, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana skolēniem Projekts Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē"
22	07.03.2022. 21.03.2022. 28.03.2022.	13.10 -13.50	Jaunjelgavas vidusskola, Uzvaras iela 1a, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana skolēniem Projekts Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē"
23	ATCELTS 23.03.2022.	13.00 -15.00	Jaunjelgavas vidusskola, Uzvaras iela 1a, Jaunjelgava	Veselīga uztura paradumu veicināšanas pasākumi	Pasākumi skolēniem Projekts Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē"

24	ATCELTS 24.03.2022.	13.25 -15.25	Daudzeses pamatskola, Daudzeses pagasts	Veselīga uztura paradumu veicināšanas pasākumi	Pasākums skolēniem Projekts Nr. 9.2.4.2/16/1/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaime"
25	14.03.2022. 15.03.2022. 16.03.2022. 17.03.2022.	10:00-14:00	Aizkraukles interešu izglītības centrs, Spīdolas iela 11, Aizkraukle, LV-5101	Veselīgs un garšīgs skolēnu brīvlaiks	Pieteikšanās: https://forms.gle/h32dhKLu3W8E9mMJ7 . Projekta Nr.9.2.4.2./16/1/023 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakse Aizkraukles novadā" ietvaros.

Atbilstoši valstī noteiktajiem ierobežojumiem, vietu skaits ir ierobežots nodarbībām klātienē, tāpēc aicinām iepriekš pieteikties pie nodarbību vai projektu vadītāja, kur tas ir norādīts! Klātienes nodarbībām ieeja tikai ar derīgu Covid-19 sertifikātu un personu apliecinošu dokumentu! Visiem iedzīvotājiem ir iespēja piedalīties attālinātajās vingrošanas nodarbībās platformā ZOOM. Aicinām rūpēties par savu veselību un apmeklēt nodarbības! Visi pasākumi iedzīvotājiem ir bez maksas!