



Valkas novads

Novembra aktivitātes projekta "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Valkas novadā" ietvaros

Publicēts pirms vairāk nekā 3 gadiem

Publicēts: 10.11.2021.



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Eiropas Sociālā fonda projekta "Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Valkas novadā" (id.Nr.9.2.4.2./16/I/035) ietvaros novembra mēnesī norisināsies sekojošas veselības veicināšanas aktivitātes, kurās laipni aicināts piedalīties ikviens:

sākot ar 22.11., pirmdienās, plkst.09:00, Valkā, Semināra ielā 23, biedrības "Latvijas Sarkanais Krusts" telpās notiks 40 minūšu garas fizisku aktivitāšu nodarbības senioriem "Vingrošana senioriem" cikla ietvaros.

sākot ar 22.11., pirmdienās, plkst.18:00, Vijciema pagastā, sporta zālē notiks 40 minūšu garas fizisko aktivitāšu nodarbības, pasākuma Vingrošana pagastos "Tev ir sēdošs darbs, nāc izkusties" cikla ietvaros.

sākot ar 16.11., otrdienās, plkst.18:15, Valkā, Beverīnas ielā 3, 2. stāva zālē notiks 40 minūšu garas fizisko aktivitāšu nodarbības, pasākuma "Tev ir sēdošs darbs, nāc izkusties" cikla ietvaros.

sākot ar 24.11., trešdienās, plkst.09:00, Valkā, Semināra ielā 23, biedrības "Latvijas Sarkanais Krusts" telpās, notiks 40 minūšu garas fizisku aktivitāšu nodarbības senioriem "Vingrošana senioriem" cikla ietvaros.

sākot ar 24.11., trešdienās, plkst.18:00, Kārķu pagastā, kultūras namā, notiks 40 minūšu garas fizisko aktivitāšu nodarbības, pasākuma Vingrošana pagastos "Tev ir sēdošs darbs, nāc izkusties" cikla ietvaros.

sākot ar 25.11., ceturtdienās, plkst.18:00, Ērgemes pagastā, skolas zālē, notiks 40 minūšu garas fizisko aktivitāšu nodarbības, pasākuma Vingrošana pagastos "Tev ir sēdošs darbs, nāc izkusties" cikla ietvaros.

sākot ar 25.11., ceturtdienās, plkst.18:15, Valkā, Beverīnas ielā 3, 2. stāva zālē, notiks 40 minūšu garas fizisko aktivitāšu nodarbības, pasākuma "Tev ir sēdošs darbs, nāc izkusties" cikla ietvaros.

Nodarbības notiek BEZ MAKSAS!!!

Visi Valkas novada iedzīvotāji aicināti piedalīties sev interesējošos iepriekš minētajos pasākumos!

Nodarbību laikā lūdzam ievērot COVID-19 izplatības ierobežošanas pasākumus-lietot dezinfekcijas līdzekļus, ievērot 2 metru distanci un citus noteiktos epidemioloģiskos norādījumus.

Dalība visos pasākumos, uzrādot sadarbspējīgu vakcinācijas vai pārslimošanas sertifikātu (digitālais Covid-19 sertifikāts) un personu apliecinošu dokumentu.

Informāciju sagatavoja:

Baiba Vorobjeva,

Valkas novada pašvaldības

Sabiedrības veselības organizatore

Saistītas tēmas

[Projektu aktualitātes](#)

<https://www.valka.lv/lv/jaunums/novembra-aktivitates-projekta-veselibas-veicinasanas-un-slimibu-profilakses-pasakumi-valkas-novada-ietvaros-4>