

Cēsīs notiks veselības veicināšanas diena



VESELĪBAS VEICINĀŠANAS DIENA

KOPIENAS CENTRĀ "GAUJASLĪČI"
(CĒSIS, DZIRNAVU IELA 45)

2024. gada 3. AUGUSTĀ

PROGRAMMA

9:00 - 10:00 Reģistrēšanās

9:00 - 13:00 Cilvēka vitālo funkciju mērījumi medicīnas
māsas uzraudzībā

10:00 "Kā iesākt rītu?" nodarbība ar fizioterapeitu

11:15 "Kā atrast sevī līdzsvaru" - saruna ar psihologu

12:30 Pusdienas

13:30 "Dejas sēdus" - mūzikas un ritma nodarbība

15:00 SPA speciālista padomi ādas kopšanā un
meistarklase sejas masku gatavošanā

**Pasākuma laikā - fiziskās un radošās aktivitātes bērniem
Dalība pasākumā bezmaksas!**

**! Ja nokļūšanai līdz pasākuma norises vietai nepieciešams transports,
lūgums zvanīt, tālr. 26132624 (Vineta)**

Pasākums tiek īstenots Cēsu novada Sociālās jomas projektu
konkursa ietvaros.

Sestdien, 3.augustā, Cēsīs, kopienas centrā "Gaujaslīči" notiks veselības veicināšanas diena.

Pasākuma programma:

9.00-10.00 Reģistrēšanās

9.00-13.00 Cilvēka vitālo funkciju mērījumi medicīnas māsas uzraudzībā

10.00 Nodarbība ar fizioterapeitu "Kā iesākt rītu?"

11.15 Saruna ar psihologu "Kā atrast sevī līdzsvaru?"

12.30 Pusdienas

13.30 Mūzikas un ritma nodarbība "Dejas sēdus"

15.00 SPA speciālista padomi ādas kopšanā un meistarklase sejas masku gatavošanā

Pasākuma laikā notiks fiziskas un radošas aktivitātes bērniem.

Dalība pasākumā bez maksas.

Ja nokļūšanai uz pasākuma norises vietu nepieciešams transports, zvani uz tālruni 26132624 (Vineta).

Pasākums tiek īstenots Cēsu novada Sociālās jomas projektu konkursa ietvaros.