

ESF projekta „SVEIKS UN VESELS  
VENTSPILS NOVADĀ”

Nr. 9.2.4.2/16/I/054

Semināru/mācību/ pasākumu grafiks **2022.gada**

**OKTOBRA** mēnesī - PRECIZĒTS

NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

N.p.k.	Sākuma datums (dd.mm.gggg.)	Beigu datums (dd.mm.gggg.)	Ilgums (st.)	Norises laiks (plkst. no - līdz)	Īstenošanas Vieta	Nosaukums	Piezīmes
1	03.10.2022.	03.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	
2	04.10.2022.	04.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
3	04.10.2022.	04.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
4	05.10.2022.	05.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
5	05.10.2022.	05.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
6	05.10.2022.	05.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	
7	06.10.2022.	06.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Puzes pamatskolas pirmsskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	

8	06.10.2022.	06.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pirmsskolas izglītības iestādes "Taurenītis" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
9	06.10.2022.	06.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
10	06.10.2022.	06.10.2022.	1	11-12	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
11	07.10.2022.	07.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Popes pirmsskolas izglītības iestādes "Zemenīte" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
12	07.10.2022.	07.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
13	07.10.2022.	07.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
14	08.10.2022.	08.10.2022.	6	12:00-18:00	"Mežrūpnieki", Ugāles pagasts, Ventspils novads, LV-3615	<p>Veselības diena <b>Ugāles</b> pagastā (12.5 darb.) programmā:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 12:00 – 14:00 Lekcija Par sirds un asinsvadu slimību profilaksi -veselības stāvokļa testi (holesterīna, cukura līmeņa, asinsspiediena, svara un tauku% ķermenī mērīšana) un speciālista konsultācija, ieteikumi – Ģimenes ārste Dr. Ilze Strēle (2 h )</li> <li>• 14:00 – 16:00 Izglītojošs seminārs par sirds un asinsvadu slimību riska faktoriem, kurus var novērst, lietojot atbilstošu uzturu” – dietologs Dr. Andris Brēmanis (2h )</li> <li>• 16:00 – 18:00 Izglītojošs seminārs – lekcija un fiziskās aktivitātes par pareizu kustību un atbrīvošanos no spriedzes – sporta ārsts Dr. Visvaldis Bebrīšs (2h )</li> </ul>	Veselības dienu organizē biedrība "LATVJU PIRTS UN SPA ASOCIĀCIJA"
15	10.10.2022.	10.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	

16	11.10.2022.	11.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
17	11.10.2022.	11.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
18	11.10.2022.	11.10.2022.	1,5	19:30-21:00	Attālināti, interneta vidē	Vingrošanas nodarbība (darb. Nr.12.4.)	Vadīs jogas speciāliste Olga Hodasēviča;
19	12.10.2022.	12.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
20	12.10.2022.	12.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
21	12.10.2022.	12.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	
22	13.10.2022.	13.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Puzes pamatskolas pirmsskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
23	13.10.2022.	13.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pirmsskolas izglītības iestādes "Taurenītis" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
24	13.10.2022.	13.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
25	13.10.2022.	13.10.2022.	1	11-12	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
26	13.10.2022.	13.10.2022.	1,5	19:30-21:00	Attālināti, interneta vidē	Vingrošanas nodarbība (darb. Nr.12.4.)	Vadīs jogas speciāliste Olga Hodasēviča;
27	14.10.2022.	14.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Popes pirmsskolas izglītības iestādes "Zemenīte" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
28	14.10.2022.	14.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	

29	14.10.2022.	14.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
30	17.10.2022.	17.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	
31	18.10.2022.	18.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
32	18.10.2022.	18.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
33	18.10.2022.	18.10.2022.	1,5	19:30-21:00	Attālināti, interneta vidē	Vingrošanas nodarbība (darb. Nr.12.4.)	Vadīs jogas speciāliste Olga Hodasēviča;
34	19.10.2022.	19.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
35	19.10.2022.	19.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
36	19.10.2022.	19.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	
37	20.10.2022.	20.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Puzes pamatskolas pirmsskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
38	20.10.2022.	20.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pirmsskolas izglītības iestādes "Taurenītis" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
39	20.10.2022.	20.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
40	20.10.2022.	20.10.2022.	1	11-12	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	

41	20.10.2022.	20.10.2022.	1,5	19:30-21:00	Attālināti, interneta vidē	Vingrošanas nodarbība (darb. Nr.12.4.)	Vadīs jogas speciāliste Olga Hodasēviča;
42	21.10.2022.	21.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Popes pirmsskolas izglītības iestādes "Zemenīte" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
43	21.10.2022.	21.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
44	21.10.2022.	21.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
45	24.10.2022.	24.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	
46	25.10.2022.	25.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- SKOLĀ BRĪVLAIKS</b>
47	25.10.2022.	25.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- SKOLĀ BRĪVLAIKS</b>
48	25.10.2022.	25.10.2022.	1,5	19:30-21:00	Attālināti, interneta vidē	Vingrošanas nodarbība (darb. Nr.12.4.)	Vadīs jogas speciāliste Olga Hodasēviča;
49	26.10.2022.	26.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
50	26.10.2022.	26.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Zūru pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
51	26.10.2022.	26.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	
52	27.10.2022.	27.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Puzes pamatskolas pirmsskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	
53	27.10.2022.	27.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pirmsskolas izglītības iestādes "Taurenītis" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- izglītojamie slimo</b>
54	27.10.2022.	27.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- SKOLĀ BRĪVLAIKS</b>

55	27.10.2022.	27.10.2022.	1	11-12	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Piltenes pamatskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- SKOLĀ BRĪVLAIKS</b>
56	27.10.2022.	27.10.2022.	1,5	19:30-21:00	Attālināti, interneta vidē	Vingrošanas nodarbība (darb. Nr.12.4.)	Vadīs jogas speciāliste Olga Hodasēviča;
57	28.10.2022.	28.10.2022.	1	9-10	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Popes pirmsskolas izglītības iestādes "Zemenīte" audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- izglītojamie slimo</b>
58	28.10.2022.	28.10.2022.	1	10-11	Mazais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- SKOLĀ BRĪVLAIKS</b>
59	28.10.2022.	28.10.2022.	1	10-11	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšanas nodarbība - Ugāles vidusskolas audzēkņi (darb. Nr.12.1.)	<b>NODARBĪBA ATCELTA- SKOLĀ BRĪVLAIKS</b>
60	31.10.2022.	31.10.2022.	1	19-20	Lielais peldbaseins, Lauku iela 5, Ventspils	Peldēšana pieaugušajiem. (darb. Nr.12.1.)	

Sagatavoja Attīstības nodaļas vadītāja Ginta Roderte, tālr. 27870866