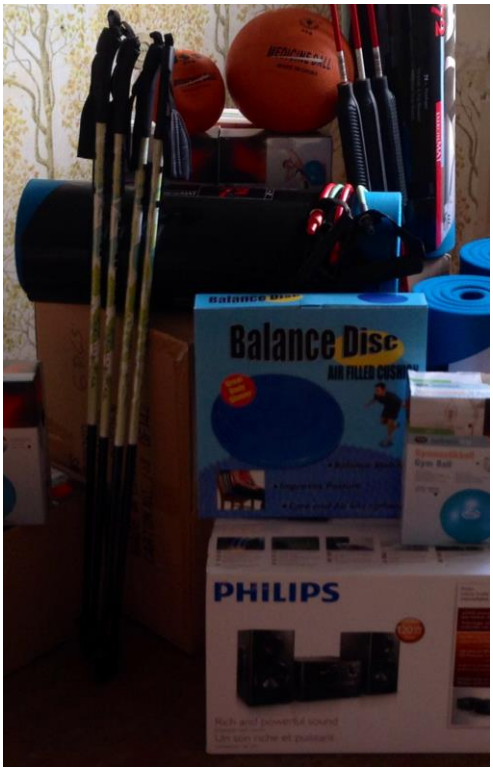
ELFLA
EIROPAS LAUKSAIMNIECĪBAS FONDS LAUKU ATTĪSTĪBAI:
EIROPA INVESTĒ LAUKU APVIDOS

LIEPĀJAS RAJONA PARTNERĪBA

LAUKU ATBALSTA DIENESTS
LAD

**Biedrība „Kalnišķu Īves" realizējusi sporta inventāra iegādes projektu**

Biedrība „Kalnišķu Īves" guvusi finansiālu atbalstu no Eiropas Lauksaimniecības fonda lauku attīstībai projekta „Dzīvesprieku un možu garu visiem Kalnišķu iedzīvotājiem", Nr. 14-02-LL09-L413201-000003 īstenošanai.




Projektā iegādāts sporta inventārs un aparatūra sporta nodarbību vadīšanai un iemūžināšanai 1236.23 EUR apmērā. Fonda atbalsts 1112.60 EUR, Nīcas novada domes līdzfinansējums 123.63 EUR. Sporta inventāru piegādāja SIA „AVEST" no Rīgas, kurš cenu izpētē bija lētākais piedāvājums.

**Interesanta informācija par projektu**

Biedrība "Kalnišķu Īves" ir jauna biedrība, kura dibināta 2013. gada 2. maijā. Iniciatīvu dibināt biedrību izrādīja aktīvākie Kalnišķu sabiedriskā centra apmeklētāji - Kalnišķu iedzīvotāji. Kopumā ikdienas sabiedrisko centru vidēji apmeklē 12 cilvēki, pasākumos ap 30 cilvēki. Biedrībā aktīvi darbojas 10 biedri. Biedrības biedru vidējais vecums ir 60 gadi. Pirms biedrības dibināšanas tās dalībnieki darbojās kā interešu kopa. Visās biedrības organizētajās aktivitātēs tiek iesaisti Kalnišķu iedzīvotāji, tostarp arī bērni un jaunieši. Biedrības mērķis paredz rīkot dažādas lekcijas, seminārus, popularizēt un atbalstīt veselīgu dzīvesveidu, iesaistīt iedzīvotājus fiziskajās aktivitātēs.

Kalnišķos dzīvo 177 iedzīvotāji, no kuriem 58 ir pensionāri. Biedrības "Kalnišķu Īves" aktīvo biedru skaits ir 10, biedru vidējais vecums - 60 gadi. Sapulcēs izvirzot darbības mērķus un uzdevumus, kā vienu no svarīgākajiem punktiem, biedri ir minējuši veselīga dzīvesveida saglabāšanu. Viens no veidiem, kā parūpēties par savu veselību ir iesaistīties regulārās un vecumam atbilstošās fiziskās aktivitātēs. Veicot biedru aptauju, tika noskaidrots, ka iesaistoties fiziskās aktivitātēs, priekšroka tiktu dota nūjošanai un vingrošanai.

Projekta uzdevums ir iegādāties vingrošanas aprīkojumu - nūjošanas nūjas, vingrošanas paklājiņus, fitnesa bumbas, pildbumbas, espanderus, elastīgos vingrošanas stieņus, līdzsvara spilvenus, mūzikas centru nodarbību pavadījuma nodrošināšanai un fotoaparātu aktivitāšu iemūžināšanai un publicitātei. Īstenojot šo projektu, tiks īstenots viens no biedrības galvenajiem mērķiem - popularizēts un

atbalstīts veselīgs dzīvesveids, un iedzīvotāji iesaistīti fiziskās aktivitātēs. Projekta mērķis saskan ar biedrības mērķi, un tie viens otru papildina.

Iegādājoties sporta inventāru, Kalnišķu sabiedriskajā centrā tiks dažādotas brīvā laika pavadīšanas iespējas, notiks vairāk veselības uzlabošanas pasākumu. Projektā paredzētais inventārs ir rūpīgi izvēlēts konsultējoties ar sporta treneri, lai nodrošinātu vecumam un fiziskajai sagatavotībai atbilstošu sportošanas inventāru. Nūjošana ar nūjām pilnveidos un uzlabos sirds veselību; ar fitnesa bumbām tiks trenēts mugurkauls un korsetes muskulatūra; pildbumbas, espanderi un elastīgais stienis uzlabos muskuļu tonusu plecu līnijā, rokās, kājās un vēdera muskulatūrā; līdzsvaru spilvens pilnveidos vispārējo līdzsvara izjūtu un staltu stāju, trenējot iegurņa un kāju muskulatūru. Mūzikas centrā tiks atskaņota nodarbības veidam atbilstoša mūzika, jo ar mūzikas palīdzību tiek radīta attiecīgā noskaņa un tā ievērojami uzlabo vingrotāju veikumu un garastāvokli. Savukārt, ar fotoaparāta palīdzību tiks iemūžināti sportošanas mirkļi un sasniegumi, kā arī nodrošināta projekta publicitāte! Iesaistoties fiziskajās aktivitātēs iedzīvotāji būs veselāki, uzlabosies garastāvoklis, iedzīvotāji kļūs dzīvespriecīgāki, iesaistoties sportiskajās aktivitātēs tiks apgūtas jaunas zināšanas. Sadarbībā ar Nīcas novada domi plānots piesaistīt treneri, kurš apmācīs biedrības biedrus un Kalnišķu iedzīvotājus pareizā inventāra lietošanā, kā arī parādīs efektīvākos un vecumam atbilstošākos vingrinājumus. Trenera pakalpojumu apmaksa tiks veikta no Nīcas novada pašvaldības budžeta. Realizējot projektu, palielināsies biedru skaits un sabiedriskā centra apmeklētība, kā arī uzlabosies Kalnišķu iedzīvotāju vispārējais veselības stāvoklis.

Nīca, 14.08.2014.

Informāciju sagatavoja:
Inita Ķaupele
B-bas vadītāja
Tālr. 28361268

**Nīcas novada mājas lapa**

www.nica.lv

ELFLA
EIROPAS LAUKSAIMNIECĪBAS FONDS LAUKU ATTĪSTĪBAI:
EIROPA INVESTĒ LAUKU APVIDOS

LIEPĀJAS RAJONA PARTNERĪBA

LAUKU ATBALSTA DIENESTS
LAD

**Svin projekta atklāšanu ar sportiskām aktivitātēm**

Biedrība „Kalnišķu Īves" projekta „Dzīvesprieku un možu garu visiem Kalnišķu iedzīvotājiem", Nr. 14-02-LL09-L413201-000003 rezultātā iegādājās sporta inventāru, lai veicinātu veselīgu dzīvesveidu Nīcas novada Kalnišķos.

25. oktobrī Kalnišķos notika projekta atklāšana. Pasākums noritēja jaukā un sportiskā gaisotnē, to apmeklēja vairāk nekā 20 nūjošanas entuziastu – no Grīnvaltiem, Bernātiem, Nīcas, Jūrmalciema un, protams, Kalnišķiem. Instruktores Ilonas Gabaliņas Kilas vadībā projekta dalībnieki apguva pareizas iesildīšanās prasmes, kas ir svarīgas, pirms uzsākt nūjošanu un nūjošanas tehniku. Visi pasākuma dalībnieki bija ļoti gandarīti par jauko un sportisko pasākumu.

Projekta ietvaros ir iegādātas arī pildbumbas, līdzsvara sfēras, vingrošanas paklājiņi, fitnesa bumbas, espanderi, elastīgie vingrošanas stieņi, līdzsvara spilveni, mūzikas centrs nodarbību pavadījuma nodrošināšanai un fotoaparāts aktivitāšu iemūžināšanai un publicitātei.

Projekta kopējās izmaksas ir 1236.23 EUR apmērā. Fonda atbalsts 1112.60 EUR, Nīcas novada domes līdzfinansējums 123.63 EUR. Sporta inventāru piegādāja SIA „AVEST" no Rīgas.

Nīca, 27.10.2014.
Informāciju sagatavoja:
Inita Ķaupele
B-bas vadītāja
Tālr. 28361268

**Nīcas novada mājas lapa**