

2017. gada 12. maijs

LATVIJAS MEDICĪNAS UN SOCIĀLĀS APRŪPES DARBINIEKU
19. VESELĪBAS DIENAS
2017.gada 04.-06.augusts



NOLIKUMS

MĒRĶIS UN UZDEVUMI

- + Popularizēt veselīgu dzīves veidu ne tikai pacientiem.
- + Veicināt veselības un sociālās aprūpes darbinieku un to ģimenes locekļu praktiskās iemaņas sportiskās nodarbēs ar kopēju mērķi:
- + fiziskās un garīgās veselības veicināšana;
- + koleģiālo un ģimenisko saišu stiprināšana.
- + Savstarpējas saskaņas stiprināšana un kopēju viedokļu saskaņošana, izmantojot sportisku degsmi, azartu un neformālu gaisotni.
- + Enerģijas uzkrāšana turpmākām darba uzvarām.

Organizators: Biedrība “Latvijas Sarkanais Krusts”.

Atbalstītāji:

LR Veselības ministrija

Latvijas Ārstu Biedrība

Latvijas Veselības un sociālās aprūpes darbinieku arodbiedrība.

Veselības dienu norisi un gaisotni nodrošina Aktīvā tūrisma centrs “Eži”



Veselības ministrija



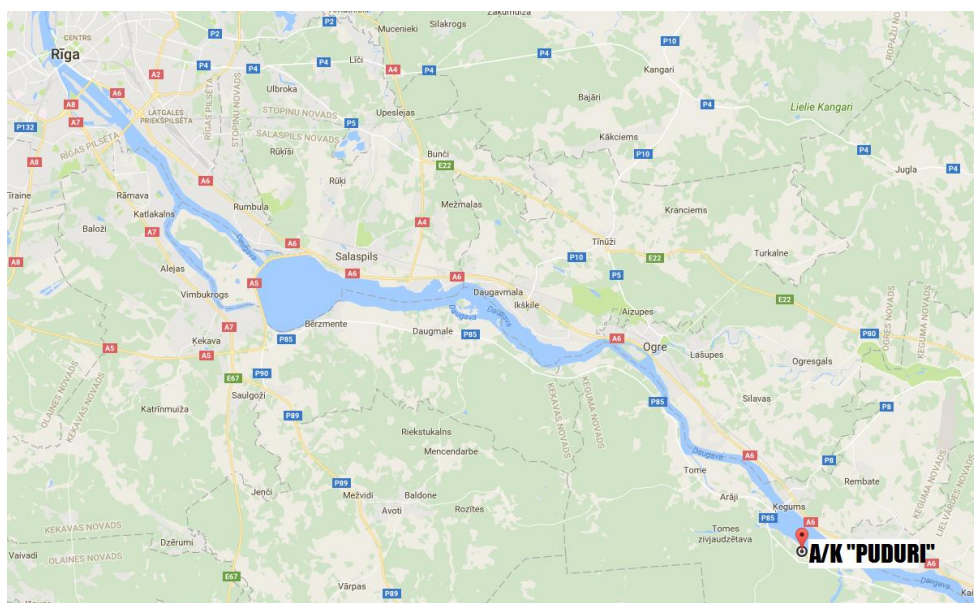
Aktīvā tūrisma centrs “Eži”

Vieta, laiks un programma:

Norises vieta: atpūtas komplekss “Puduri”, Ķegums, Ķeguma novads

Norises laiks: 2017. gada 04.-06. augusts

Ierašanās darbības vietā pēc individuālas programmas un komandu ieskatiem.



VESELĪBAS DIENU PROGRAMMA**4. AUGUSTS**

No 17:00	Ierašanās, iekārtošanās, brīvais laiks
18:00 - 24:00	Komandu un dalībnieku reģistrācija
No 20:00	Zolītes turnīrs, pieteikšanās līdz 19:30
23:00	Komandu pārstāvju sanāksme, izloze
23:00 - 01:00	Iepazīšanās, spēlē DJ

5. AUGUSTS

07:00 - 09:00	Dalībnieku reģistrācija
No 09:00	Pieejami spēļu grafiki
10:00 - 16.00	Virves vilkšana kungiem (5 kungi) Virves vilkšana dāmām (5 dāmas) Stafete bērniem
10:00 - 21:00	Volejbols 6 dalībnieki (vismaz 2 dāmas) Dāmu futbols (maksimāli 5 dāmas) Tūrisma trase (6 dalībnieki bez kādiem ierobežojumiem) Lielā stafete (komandā 8 dalībnieki(4+4) Ģimeņu stafete (3 dalībnieki) Dažādas individuālās sacensības
12:00	Foto orientēšanās Augu atpazīšana
15:30 - 16:45	Nometņu novērtēšana
17.00 - 18.00	Atklāšanas parāde, apbalvošana, zupa
18:00 - 21:00	Auto veiklība
20:00	Komandas kapteiņu sacensības
22:00 - 03:00	Zaļumballe

6.AUGUSTS

06:00-09.00	Makšķerēšanas sacensības
09:00 – 10.00	Triatlons
10:00 – 11.00	Bērnu triatlons
12:00-13:00	Noslēguma parāde, apbalvošana
No 13:30	Mājupceļš

Dalībnieki: Latvijas medicīnas un sociālās aprūpes darbinieku Veselības dienās piedalās veselības un sociālās aprūpes jomā strādājošie, kā arī viņu ģimenes locekļi un/vai personas, kas tādiem pielīdzināmas. Komandas tiek formētas pēc dalībnieku ieskatiem, par pamatu ņemot dzīves vai darba vietu ģeogrāfisko tuvību, administratīvo teritoriju, draugu kopu, interešu, dzimuma, vecuma vai jebkuru citu pazīmi.

Pieteikumi: Komandu un individuālie pieteikumi sacensībām jānoformē pēc pievienotās formas un jānosūta uz e-pastu Anita.jaunzeme@stradini.lv līdz 2017.gada 23.jūlijam

Dalības maksa: Dalības maksa 10,00 (desmit) eiro no personas virs 12 gadiem. Bērniem līdz 12 gadiem dalība bez maksas.
Maksājumu var veikt pie komandas reģistrācijas vai iepriekš ar pārskaitījumu.

Iespējamā līdzdalība sacīkstēs:

Disciplīnas, kuras tiek vērtētas komandu kopvērtējumā

Komandu sporta veidi:

Volejbols jauktajām komandām, komandā 6 cilvēki (vismaz 2 dāmas)

Virves vilkšanā kungiem, komandā 5 vīri

Virves vilkšana dāmām, komandā 5 dāmas

Dāmu futbols, komandā 5 dāmas

Lielā stafete, komandā 8 cilvēki (vismaz 4 dāmas)

Tūrisma stafeti, komandā 6 dalībnieki

**Individuālie sporta veidi **

(kopvērtējumā tiek vērtēti labākais dāmas un labākais kunga rezultāts no komandas, izņemot Zolīti un Makšķerēšanu, kur tiek vērtēti 2 labākie rezultāti no komandas):

Komandas kapteiņu sacensības

Zolīte (no komandas var pieteikt 2 dalībniekus)

Makšķerēšana, klasiskā (no komandas var pieteikt 2 dalībniekus)

Triatlons (no komandas var pieteikt 2 dalībnieces un 2 dalībniekus)

Individuālas disciplīnas - piedalās visi pasākuma dalībnieki bez ierobežojumiem

Individuālas aktivitātes bērniem

Atsevišķi bērniem tiek piedāvāts bērnu spēļu laukums ar radošās darbnīcas aktivitātēm, zīmēšanu un veidošanu, ar speciālām stafetēm bērniem. Bērnu pilsētiņu vadīs un ar bērniem darbosies auklītes.

Konsultācijas par sacensību noteikumiem, norisi un citām niansēm:

Galvenais tiesnesis: Aldis Leitlands tel. 26424490
e-pasts: aldis.leitlands@ezi.lv

Atbildīgā organizatore: Anita Jaunzema tel. 29286601
e-pasts: anita.jaunzema@stradini.lv