

### Projekta Esi vesels! (*Be Fresh!*) apraksts

<b>Ierosinātāja nosaukums:</b>	Valmieras jaunatnes centrs Vinda
<b>Projekta iesniedzējs:</b>	Valmieras jaunatnes centrs Vinda
<b>Finansēšanas avots:</b>	“Eiropas Solidaritātes korpuss” 2022.gada solidaritātes projektu pirmais projektu konkurss
<b>Projekta indikatīvais īstenošanas termiņš:</b>	2022.gada 1.septembris – 2023.gada 1.jūlijs
<b>Projekta kopējās izmaksas:</b>	5000 <i>euro</i>
<b>Projekta ārējais līdzfinansējums:</b>	5000 <i>euro</i>
<b>Pašvaldības līdzfinansējums:</b>	0 <i>euro</i>
<b>Kopsavilkums par projekta ietvaros veicamajām darbībām (aktivitātēm) un sasniedzamajiem rezultātiem:</b>	<p>Ņemot vērā Covid-19 ietekmi uz jauniešu mentālo un fizisko veselību, vēlamies piedāvāt speciālistu vadītus seminārus ar veselību saistītām tēmām.</p> <p>Semināru tēmas būtu sekojošas – mentālā veselība, veselīgs uzturs, veselīgs dzīvesveids, fizisko aktivitāšu nozīmīgums ikdienā, kā arī tēmas un slimības, kas mums nav tik zināmas (piem. Taureta sindroms un citi).</p> <p>Eiropas parlaments 2022.gadu pasludinājis par jaunatnes gadu. Pakārtojoties tā izvirzītājiem mērķiem, vēlamies informēt jauniešus par būtisko veselības jomā, vērst viņu uzmanību uz savu veselības stāvokli, veicināt empātiju un būt iekļaujošiem. Būtiski izglītot jauniešus, jo tieši viņi ir mūsu nākotne – izpalīdzīgi, mērķtiecīgi un spējīgi pieņemt citus jauniešus no dažādām sociālā riska grupām.</p>

Domes priekšsēdētājs

(*personiskais paraksts*)

Jānis Baiks