

## Alizavos bendruomenės centras

### Projekto „Sveikos gyvensenos stovykla Alizavos kaime“, KUPI-LEADER-1C-SJV-6-5-2019



Alizavos bendruomenės centras įgyvendina projektą „Sveikos gyvensenos stovykla Alizavos kaime“, kurio tikslas – socialinę atskirtį patiriančių grupių (jaunimo, neįgaliųjų, senjorų) fizinio aktyvumo skatinimas, sveikos gyvensenos propagavimas. Projekto įgyvendinimo metu planuojama suorganizuoti 7 sveikatingumo renginius ir 9 praktinius užsiėmimus (3 temos po 3 kartus). Preliminarios praktinių užsiėmimų temos: jaunimui „Progresyvinė raumenų relaksacija“, suaugusiems „Fizinės sveikatos palaikymo-bendralavinanti mankšta“, „Fizinės sveikatos palaikymo-reabilitaciniai pratimai“. Praktinius užsiėmimus ves kvalifikuoti treneriai. Planuojama, kad renginiuose dalyvaus 180 dalyvių, praktiniuose užsiėmimuose 45 dalyviai. Į visas planuojamas veiklas bus įtraukta jaunų asmenų (nuo 14 -29 metų amžiaus) iki 110 dalyvių.

Numatytoms projekto veikloms įgyvendinti skirta parama sudaro 3595,00 Eur, iš jų 3055,75 Eur sudaro Europos žemės ūkio fondo kaimo plėtrai lėšos ir 539,25 Eur Lietuvos valstybės biudžeto lėšos.

Per 2020 metus organizuoti 3 sveikatinimo renginiai: jaunimo krepšinio turnyras, šachmatų/šaškių turnyras, dviračių žygis. Renginiuose dalyvavo 53 dalyviai. Po kiekvieno renginio Alizavos bendruomenės centro nariai vaišino bendruomenės sriuba. Bendruomenė jau įsigijo gimnastikos kilimėlius ir kamuolius, kurie bus naudojami praktinių užsiėmimų metu. Užsiėmimai planuojami vykdyti 2021 metais.

#### 08-15 Jaunimo krepšinio turnyras.

Alizavos pagrindinės mokyklos sporto salėje vyko jaunimo krepšinio turnyras 3X3. Dalyvavo Alizavos seniūnijos jaunimo 3 komandos (viso 13 dalyvių). Varžybose teisėjavo A. Baziukas ir G.Bickus. Nugalėtojai buvo apdovanoti prizais.

Varžybas laimėjo:

- 1 🏆 vieta Žaidelių komanda
- 2 🥈 vieta Alizavos komanda
- 3 🥉 vieta Jaunučių komanda



### **09-04 Šachmatų/šiškių turnyras.**

Alizavos bendruomenės namuose vyko šachmatų/ šiškių turnyras. Dalyvavo net 26 Alizavos seniūnijos gyventojai.

- 1 🏆 vieta Marfa,
- 2 🏆 vieta Kęstutis,
- 3 🏆 vieta Zita.

Šachmatų turnyre prizines vietas pasidalino:

- 1 🏆 vieta Gintaras,
- 2 🏆 vieta Ugnė.



### **09-12 Jaunimo dviračių žygis.**

Įgyvendinta dar viena projekto veikla: Alizavos seniūnijos jaunimas nuo pat ryto išvyko dviračiais po Alizavos seniūniją. Tikslas - aplankyti didžiąsias seniūnijos gyvenvietes: Bakšėnus (Bakšėnų piliakalnį), Salamiestį (Salamiesčio dvarą), Vainiūniškį, Zasinyčių dvaro likučius (nuo šio dvaro prasidėjo Alizavos kaimo kūrimasis), galutinė stotelė – Palėvenėlė (Kupiškio marios). Žygije dalyvavo 14 asmenų (nuo 14-29 metų amžiaus 12 dalyvių, 2 savanoriai).

