

ZIŅA MEDIJIEM

MARTĀ JAUNIEŠI AICINĀTI PIEDALĪTIES PROJEKTĀ “STILĪGS UN VESELĪGS”

Kultūras un mākslas centrs “Nātre” sadarbībā ar Jelgavas Bērnu un jauniešu centru “Junda” no 3. marta līdz 8. aprīlim aicina uz tematiskajiem vakariem jauniešiem – “STILĪGS UN VESELĪGS” - , lai kopā ar dažādiem ekspertiem labāk iepazītu savu personību, emocijas un veselīgu dzīvesveidu. Tikšanās notiks BJC “Junda” (Skolas iela 2) Vietu skaits ierobežots, tādēļ jaunieši aicināti pieteikties nodarbībām no 27. februāra. Ieeja bez maksas.

“STILĪGS UN VESELĪGS” ir 6 nodarbību sarunu un praktisku nodarbību cikls Jelgavas jauniešiem vecumā no 13 līdz 20 gadiem. Katrs no nodarbībām tiks veltīts citai aktuālai tēmai, kuru jaunieši varēs izzināt kopā ar jauniem un stilīgiem jomas profesionāļiem.

3. MARTS, otrdiena - Nodarbība "ĒDIENS"

17:00-19:00 /

Gatavosim garšīgus saldus našķus - banānu čupa čupus šokolādē, gardumgardus salātus un sarkanā biezpiena maizītes savām uzkodām kopā ar uzturspeciālisti Elīzu Madaru Treiju.

18. MARTS/ trešdiena - Nodarbība "DEJA"

15:30-16:30 /

Deja var būt arī sports un lielisks treniņš. Tāpēc ikviens aicināts ļauties ZUMBAS nodarbībai kopā ar laikmetīgās dejas dejotāju un pasniedzēju, horeogrāfu un Zumbas treneri no Kubas - Angel Zaldivar Ramirez. Un, protams, ja gribi patrennēt savas angļu, spāņu, laviešu valodas zināšanas, tad šī būs īstā reize.

25. MARTS/ trešdiena - Nodarbība "DUSMAS"

15:30-16:30 /

Ko iesākt, kad visi - skolā, mājās - "krīt uz nerviem"? Kopā ar eksistenciālo psihologu Marku Jermaku runāsim par dusmām, kas tās izraisa un kā ar tām tikt galā, lai katra diena būtu vairāk pozitīvu emociju pilna.

1. APRĪLIS / trešdiena - Nodarbība "IMPRO"

15:00-16:30 /

Improvizācijas teātra nodarbībā mēģināsim izzināt sevi un izprast savas emocijas, komunikāciju un sadarbību, izspēlējot aizraujošas ainiņas un ļaujoties pozitīvām emocijām kopā ar teātra vadītāju, pedagoģi un psiholoģijas maģistri Sanitu Toču un improvizācijas, pantomīmas pasniedzēju Uģi Toču.

8. APRĪLIS / trešdiena - Nodarbība "MĀKSLA"

15:30-16:30 /

Māksla noteikti var būt aizraujoša, koša un dziedinoša! Taču, kā māksla var palīdzēt manas personības izaugsmē, uzzināsim darbojoties ar ar vizuālās mākslas pedagoģi, mākslas terapeiti Sintiju Bērziņu, radot savas radošās klades un kolāžas un iepazīstot jaunas mākslas tehnikas.

Uz katru nodarbību ir ierobežots skaits apmeklētāju, tādēļ jaunieši aicināti pieteikties, zvanot uz BJC "Junda" pa tālruni +371 63023531(darba dienās pulksten 12:00 - 20:00) vai klātienē pie dežurantes Skolas ielā 2. Visas nodarbības ir bez maksas, taču dalībnieku skaits ierobežots. Vairāk informācijas mājas lapās www.natre.lv un www.junda.lv , kā arī sociālajos tīklos.

Jauniešu tematisko vakarus "STILĪGS UN VESELĪGS" organizē Kultūras un mākslas centru "Nātre"sadarbībā ar Jelgavas bērnu un jauniešu centru "Junda". Pasākums īstenots projekta "Kompleksu veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumu īstenošana Jelgavas pilsētā, 1. kārtā",Nr.9.2.4.2/16/I/085 ietvaros. Pasākuma laikā var tikt fotogrāfēts un filmēts un uzņemtais materiāls izmantots pasākuma un organizatoru publicitātes materiālos.