



VšĮ „Sveikatingumo idėjos“ įgyvendinama projektą „Gyvenk aktyviai“. Šiuo projektu organizatoriai siekė skatinti ir ugdyti Marijampolės regiono įmonių ir organizacijų darbuotojų fizinį aktyvumą ir sveikos gyvensenos įpročius, išsiaiškinti Marijampolės savivaldybės įmonių ir organizacijų darbuotojų norimas propaguoti sporto šakas, sukurti projekto veiklų programą, sudaryti palankias sąlygas projekto dalyvių įsitraukimui, supažindinti projekto dalyvius su tradicinėmis ir mažiau žinomomis sporto šakomis, skatinti aktyvias laisvalaikio praleidimo formas, fizinį aktyvumą, sveikos gyvensenos įpročių ugdymą, suorganizuoti pasirinktos sporto šakos turnyrą, kuriame dalyvaus ne mažiau nei 100 Marijampolės regiono įmonių darbuotojų.

Projekto „Gyvenk aktyviai“ metu Marijampolės savivaldybės įmonių ir organizacijų darbuotojai buvo supažindinti su fiziniu aktyvumo ir sveikos gyvensenos principais, atlikta apklausa, kurios metu išsiaiškintos prioritetingos sporto šakos. Įmonių darbuotojai aktyviausiai pasisakė už boulingo turnyro organizavimą. Šis turnyras buvo organizuotas lapkričio-gruodžio mėnesiais, jame dalyvavo apie 100 įmonių ir organizacijų darbuotojų. Tikimasi, kad įgyvendinus projektą įvairiose Marijampolės savivaldybės įmonėse ir organizacijose sėslų darbą dirbantys žmonės tapo fiziškai aktyvesni, turi daugiau teorinių ir praktinių žinių apie įvairias sporto šakas, sveiką gyvenseną, sveikos mitybos įpročius, labiau rūpinasi savo sveikata ir aktyviau leidžia laisvalaikį bei savo geruoju pavyzdžiu užkrės šeimos narius, artimuosius ir kolegas.

Projekto įgyvendinimu siekta prisidėti prie Marijampolės visuomenės sveikatos rėmimo 2016 metų programos antro prioriteto „Psichikos sveikatos stiprinimui, savižudybių ir smurto prevencijai“. Psichinė sveikata tai vienas pagrindinių dalykų, atspindinčių žmogaus gerovę ir efektyvų visuomenės funkcionavimą.

www.marijampolieciai.lt