

Sportuojanti bendruomenė - sveika bendruomenė

Rečionių universalus daugiafunkcis centras ir Rečionių bendruomenė rugsėjo mėnesį įgyvendino du sveikatos projektus. Rugsėjo 18 dieną su sportine apranga rinkomės į Rečionių UDC kiemelį. Įgyvendindama Ukmergės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro projektą „Sportuok visada – bus gera sveikata“, Rečionių bendruomenė įsigijo 15 porų šiaurietiško ėjimo lazdu. Pasikvietėme į svečius biuro visuomenės sveikatos stiprinimo specialistę Svetlaną Markevičienę, kuri profesionaliai pakalbėjo apie šiaurietiško lazdu naudą, pademonstravo kaip teisingai jomis naudotis ir kartu su mumis pražygiavo porą kilometrų. Svetlana pastoviai patarinėjo, bendravo su kiekvienu atskirai, nurodydama mūsų klaidas, pagirdama ir paskatindama. Visų nuotaika buvo puiki. Viskas atrodė labai paprasta ir aišku. Visi pasižadėjome, kad nepamiršime Svetlanos pamokymų ir tikrai naudosimės jos patarimais. Susitikimą baigėme pas Valentiną Šalaviejieneį jos kiemyje. Čia mūsų laukė kieme ant laužo senoviniame sagone paruoštas daržovių troškiny, kuris dar labiau mus visus sušildė ir suartino. Nieko nėra skaniau ir maloniau kaip bendra vakarienė gamtoje ir geri šilti įspūdžiai. Ilgai netilo diskusijos ir juokas prie maloniai rusenančio laužo ir žolelių arbatos puodelio.

Rugsėjo 24 dieną Rečionių universalus daugiafunkcis centras įgyvendino projektą „Būsime stiprūs ir sveiki, jei sportuosime visi“. Tam, kad mūsų darželyje sukurtume šiltą ir sveiką aplinką, reikia tėvų, pedagogų, darbuotojų ir pačių mažųjų iniciatyvos. Organizavome žaismingą trijų kartų sveikos gyvensenos puoselėjimo sporto renginį. Į pagalbą vėl pasikvietėme specialistę Svetlaną Markevičienę, kuri žadindama visų teigiamas emocijas, pravedė visiems linksmą mankštelę. Po to vadovaujami muzikos vadovės Ritos Čižiūnienės vaikučiai pademonstravo mums, kaip jie moka šokti ir mankštintis su muzika, padainavo mums linksmas daineles apie sporto naudą. Siekdami visapusiškai lavinti vaikučius ir jų tėvelius, toliau pakvietėme visus į kiemelį, kur vyko piešimo ant asfalto užsiėmimai. Drąsiai galima teigti, kad renginys paliko visiems daug teigiamų įspūdžių. Vaikučiai buvo apdovanoti simbolinėmis dovanėlėmis.

Tokie renginiai, kurių metu mes galime pabendrauti, pasportuoti, patobulinti savo sugebėjimus, labai naudingi mūsų bendruomenei. Dėkojame už suteiktą mums tokią galimybę Ukmergės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurui, skyrusiam mūsų projektams lėšų. Asmeniškai didelis ačiū biuro specialistei Svetlanai Markevičienei. Ši moteris ne tik kompetetinga specialistė, bet ir nuoširdus bei šiltas žmogus, mokantis perteikti savo žinias bei uždegantis savo pavyzdžiu kaip reikia sveikai gyventi.

Tikimės, kad sportinė veikla bei sveika gyvensena mūsų bendruomenėje bus tęsiama ir toliau.

Rečionių UDC direktorė Gražina Buteikienė