

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

ΔΩΡΕΑΝ ΜΑΖΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

«ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΘΛΗΣΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ»

Συνέχεια στις δράσεις για τον Δημοτικό Οργανισμό Πολιτισμού, Αθλητισμού, Προσχολικής Αγωγής Παλαμά (Δ.Ο.Π.Α.Π.Α.Π.). Αυτή τη φορά την τιμητική του έχει ο τομέας του αθλητισμού με το πρόγραμμα «Άθληση για όλους».

Στόχος μας μέσα από την υλοποίηση του προγράμματος είναι η ΔΩΡΕΑΝ άθληση και η ψυχαγωγία όσων συμμετέχουν σε αυτά με απώτερο σκοπό τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης, καθώς και της σωματικής και ψυχικής υγείας τους.

Πολύ σημαντικός παράγοντας είναι η ενημέρωση σε θέματα υγιεινής διατροφής και φροντίδας του σώματος.

Ως Δ.Ο.Π.Α.Π.Α.Π. δώσαμε ιδιαίτερη έμφαση στις αθλητικές εγκαταστάσεις και στις αθλητικές υποδομές με πάρα πολλές παρεμβάσεις, δίνοντας τη δυνατότητα σε όλους τους δημότες να αξιοποιήσουν μέσα από την άθληση τον ελεύθερο χρόνο τους βελτιώνοντας κατ' επέκταση την ποιότητα ζωής τους.

Ακολουθούν αναλυτικά τα τμήματα που θα σχηματισθούν και θα είναι ανάλογα με τις ηλικίες και τις ανάγκες των δημοτών και ως εξής:

«Άσκηση στην προσχολική αγωγή - νήπια», για παιδιά ηλικίας 4-6 ετών

«Παιδί και αθλητισμός - για μαθητές/τριες δημοτικών σχολείων», για παιδιά ηλικίας 7-12 ετών

«Άσκηση στην εφηβική ηλικία», για νέους - νέες ηλικίας 13-17 ετών

«Άσκηση για υποψήφιους φοιτητές», για νέους - νέες ηλικίας 18 ετών

«Άθληση και γυναίκα», για γυναίκες ηλικίας 19 έως 65 ετών

«Άσκηση στην τρίτη ηλικία», για άτομα άνω των 65 ετών

«Άσκηση ατόμων με χρόνιες παθήσεις»

Στα προγράμματα θα απασχοληθούν δύο Καθηγητές Φυσικής Αγωγής μέσω του προγράμματος κοινωφελούς εργασίας του Ο.Α.Ε.Δ.

Η διάρκεια των προγράμματος ορίζεται από την ημέρα έναρξης των εγγραφών και για τους επόμενους οχτώ (8) μήνες. Τοποθεσία Παλαμάς – Ιτέα - Προάστιο. Οι ημερομηνίες, η ακριβής τοποθεσία, καθώς και οι ώρες υλοποίησης των προγραμμάτων θα ανακοινωθούν με τη δημιουργία των αντίστοιχων τμημάτων.

Για την υλοποίηση των Προγραμμάτων θα χρησιμοποιηθούν οι υπάρχουσες υποδομές του Δ.Ο.Π.Α.Π.Α.Π. και θα δημιουργηθούν τμήματα σύμφωνα με τις τοπικές ανάγκες ανά Δημοτική Ενότητα.

Ο σχεδιασμός των Προγραμμάτων έχει γίνει βάσει της εμπειρίας μας και με γνώμονα τις ιδιαίτερες ανάγκες των παιδιών, των ενηλίκων, των ηλικιωμένων, καθώς και των δημοτών που αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας.

Καλούμε τους συνδημότες μας να συμμετέχουν στο πρόγραμμα «Άθληση για όλους», να υιοθετήσουν θετική στάση απέναντι στην άσκηση, την υγιεινή διατροφή και να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα υγείας.

Για δηλώσεις συμμετοχής απαιτούνται:

- 1) Αίτηση (για τους ανήλικους η αίτηση γίνεται από τον γονέα - κηδεμόνα)
- 2) Βεβαίωση γιατρού

Πληροφορίες και τηλέφωνα επικοινωνίας καθημερινά από Δευτέρα 7 Σεπτεμβρίου και ώρες 8:00-14:30.

Παλαμάς: 2444022941 (Μουλαντζίκου Σωτηρία - Ψήμματος Θωμάς)

Προάστιο: 2441352914 (Γρατσάνη Στέλλα)

Ιτέα: 2444350306 (Σιαπέρας Μάκης)