NOLIKUMS

Ropažu pagasta aktīva dzīvesveida PASĀKUMS

„Latvijas veselības nedēļas izaicinājums"

1. **Mērķis un uzdevumi:** Visu paaudžu iedzīvotāju veselīga dzīvesveida un fiziskās sagatavotības veicināšana.
2. **Laiks un vieta:** 2021. gada 20. novembra līdz 1. decembrim, Ropažu pagastā.
3. **Pasākuma vadība:** Ropažu novada pašvaldība, **Ropažu Sporta centrs**. Pasākuma rezultātu tiesnesis sporta un veselības pasākuma organizatore Madara Tīģere-Bernharde.
4. **Dalībnieki, atbildība un drošība:** Ropažu pagasta iedzīvotāji, ikviens interesents, ar vai bez *Covid-19* sertifikāta. Dalībnieki veic distances individuāli vai vienas mājsaimniecības dzīvojošo dalībnieku grupas ietvaros, ievērojot valstī noteiktos Covid-19 izplatības ierobežojumus.
5. **Pasākuma norises kārtība un programma:** Dalībniekiem, katru dienu laikā no 20. novembra līdz 1. decembrim, **ir jānoiet vai jānoskrien vismaz 5 000 soļu** (vai aptuveni - 4 km); katru dienu **rezultāts jāfiksē*** kādā no soļu skaitīšanas aplikācijām un katru dienu **jāpievieno vietnē Facebook,** *lapā" Veselības sports Ropažu pagastā"* - **komentāros** pie konkrētajai **„Latvijas veselības nedēļas izaicinājuma" dienas** ieraksta.

**Rezultāta attēlu jāpievieno ekrānšāviņa veidā vai, piemēram, nofotografējot rezultātu ierīcē, jābūt redzamam datumam un distances garuamam;*

**Katras dienas rezltātu jāpievieno komentāros līdz plkst. 24.00.*

**Rezultāta Komentārā, papildus pievienotajam attēlam, dalībnieki aicināti dalīties ar personīgo pieredzi, veicot šo dienas aktivitāti;*

**Ja dalībnieks nav Facebook lietotājs, rezultāta foto (datums un paveiktais),var iesūtīt arī uz WhatsApp numuru 22194213;*

** Rezultātus komentāros var ievietot arī par citu personu, to nepārprotami norādot ierakstā.*

** Izaicinājums ir arī rezultātu ievietošana katru dienu;*

**Netiks iekļauti vērtēšanā rezultāti, kuri 1 dienā ievietoti par vairākām dienām.*

6. **Vērtēšana:** Vērtēti un apbalvoti tiek tikai dalībnieki, kuri Izaicinājuma laikā, katru no 10 dienām ir veikuši vismaz 5000 soļu distanci un, katru dienu, dienas rezultātu reģistrējuši *Facebook* lapā *"Veselības sports Ropažu pagastā" pasākuma* „Latvijas veselības nedēļas izaicinājums" komentāros vai iesūtījuši uz WhatsApp numuru 22194213.
7. **Apbalvošana:** Dalībnieki, kuri būs veikuši un reģistrējuši 10 dienu Izaicinājumu, tiks apbalvoti ar virtuālu diplomu, saņems pārsteiguma balvas. Balvas varēs saņemt Ropažu Sporta centrā un Zaķumuižas sporta zālē pēc rezultātu apkopošanas, no 5. decembra.
8. **Izdevumi:** Sacensību organizēšanas izdevumus sedz Ropažu novada pašvaldība, no Ropažu Sporta centra budžeta. Dalībnieki sedz personīgos izdevumus, kas saistīti ar dalību pasākumā.
9. **Pieteikums:** Dalībnieks veic pieteikšanos pasākumam, ievietojot *Facebook* lapā *"Veselības sports Ropažu pagastā"* vai nosūtot sava rezultāta attēlus. Nosūtot rezultātus dalībnieks piekrīt, ka pat uzņemas pilnu atbildību par savu veselības stāvokli aktivitātes laikā un akceptē savu personas datu (vārds, uzvārds, foto) izmantošanu rezultātu apstrādāšanai un publicēšanai pašvaldības informatīvajās vietnēs, www.ropazi.lv, *Facebook* lapā; kā arī apņemas ievērot personīgo un savu bērnu drošību, Latvijā noteiktos tā brīža epidemioloģiskās drošības nosacījumus.
10. **Informācija un pasākuma publikācija**: Pasākuma notikumi, rezultāti, foto tiks publicēti Ropažu novada pašvaldības informatīvajās vietnēs, un izdevumos, sociālajos tīklos veselīga dzīvesveida popularizēšanai. Dalībnieks, kurš nevēlas, lai informāciju par viņa dalību pasākumā, viņa foto, video publicē, iesniedz organizatoram rakstisku lūgumu par savu datu un informācijas nepubliskošanu - līdz pasākuma sākumam, reģistrējoties.