

Aicinām piedalīties Centrālā Baltijas jūras reģiona programmas 2021. – 2027. gadam Tematiskajā seminārā, kas norisināsies **2.septembrī, Radisson Blu Daugava Hotel, Kuģu iela 24, Rīgā.**

[Saite reģistrācijai līdz 28.08.2020!](#)

Vairāk informācijas [šeit!](#)



CB 4. un 5. projektu konkursu kārtu **vadošo partneru** tiešsaistes seminārs Zoom platformā par projektu īstenošanu notiks

**16. un 17. septembrī!**

Vairāk informācijas par pasākumu [šeit!](#)



SEPT. 5 LAMPA saruna "Pārgājiens kā antidepresants"

Ko mēs īsti meklējam, dodoties īsākos vai garākos pārgājienos? Vēlamies papļāpāt ar savējiem vai svešinieku, iedvesmojamies no dabas, pārvaram šķēršļus? Varbūt samazinām ikdienā uzkrāto stresu? Vai jūras, mežu un dabas terapija tiešām darbojas kā antidepresants un palīdz? Vai arī viss ir vienkāršāk — mēs dodamies dabā, lai pabūtu ar sevi.

👉 5.septembrī no plkst.12:30 pievienojies sarunai "Pārgājiens kā antidepresants", lai kopā meklētu atbildes, ieklausoties mūsu pārgājienu vēstniekos, kuri dalīsies savā profesionālajā un pārgājienu pieredzē.

[Uzzini vairāk!](#)



SEPT. 5 LAMPA Interreg Hike



SEPT. 6 Interreg30 Anniversary Hike

### 5. SEPTEMBRĪ

Ieklausies dabas skaņās, savā iekšējā monologā vai sāc aizraujošu sarunu ar kādu no līdznācējiem 16 km garā dabas pārgājienā ar Interreg Latvija.

Vakara pārgājiena maršruts seko "Mežtaka - Forest trail" septītās dienas posmam Cēsis - Caunītes gar Gaujas upi līdz Ērgļu klintīm un atpakaļ uz Cēsīm. Tikšanās vieta – Cēsu Koncertzāle.

[Informācija un reģistrācija!](#)

### 6. SEPTEMBRĪ

Piedalies Eiropas teritoriālās sadarbības - Interreg 30 gadu jubilejas pārgājienā gar Cēsu pilsētas austrumu pusi līdz Vaives upei netālu no Dāvida ūdeskritumiem. Lai pievienotos pārgājenam, spied "iešu" pasākuma facebook lapā, aizpildi reģistrācijas formu un laicīgi ierodies norises vietā.

[Informācija un reģistrācija!](#)