



## SEPTEMBRIS 2018

PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA
<b>3.</b>	<b>4.</b>	<b>5.</b>	<b>6.</b>	<b>7.</b>
<p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p>15.00 - 17.00 Galda spēles bērniem</p> <p>8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*</p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p>	<p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p>12:00 – 15:00 Senioru – amatieru teātris</p> <p><b>15:00 – 16:00</b> <b>Radošā nodarbība bērniem</b> (Inga)</p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p>	<p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes”</b> (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*</p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p> <p><b>18:00 - 19:00</b> <b>12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa*</b> Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p>	<p><b>9:00 – 15:00</b> <b>“Tingeltangels” (lietoto apģērbu, mantu, grāmatu u.c. lietu labdarība)</b></p> <p>10:00 – 12:00 Senioru ansamblis</p> <p>10:00- 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p>8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*</p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p> <p><b>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b></p> <p><b>18:00 – 19:30</b> <i>Veselības ministrijas pilotprojekta smēķēšanas atmešanas veicināšanai ietvaros–</i> <b>bezmaksas smēķēšanas atmešanas atbalsta grupas nodarbība</b></p>	<p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>10:00 – 12:00</b> <b>Radošā nodarbība pieaugušajiem</b> (Inga)</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p><b>8:30-15:00</b> <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p><b>8:30 – 15:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 -15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*</p>

			(Pieteikties pa tālr. 26180109; e-pasts atbalsts.atmesanai@gmail.com vai www.nesmekesu.lv)	
<b>10.</b>	<b>11.</b>	<b>12.</b>	<b>13.</b>	<b>14.</b>
<p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p>15.00 - 17.00 Galda spēles bērniem</p> <p>8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*</p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p>	<p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p>12:00 – 15:00 Senioru – amatieru teātris</p> <p><b>15:00 – 16:00</b> <b>Radošā nodarbība</b> <b>bērniem</b> (Inga)</p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30-17:30 <b>Brīvais</b> <b>apmeklējums*</b></p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p> <p><b>18:00</b></p>  <p><i>Projekts “Dzīvo vesels”</i> <b>“Aromterapija.</b> <b>1.nodarbība”</b></p>	<p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>Atbalsta grupa</b> <b>“Dzīvesspēks”</b> (cilvēkiem ar kustību traucējumiem)</p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p><b>18:00 - 19:00</b> <b>12 soļu Al-anon</b> <b>pašizaugsmes grupa*</b> Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p>	<p>10:00 – 12:00 Senioru ansamblis</p> <p>10:00- 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p>8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>Atbalsta grupa</b> <b>“Dzīvesprasmes”</b> (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem)</p> <p><b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p> <p><b>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b></p> <p><b>18:00 – 21:00</b> <i>Veselības ministrijas pilotprojekta smēķēšanas atmešanas veicināšanai ietvaros–</i> <b>bezmaksas smēķēšanas</b> <b>atmešanas atbalsta</b></p>	<p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>10:00 – 12:00</b> <b>Radošā nodarbība</b> <b>pieaugušajiem</b> (Inga, Vita)</p> <p>14:00-15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p>8:30-15:00 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p><b>8:30 – 15:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 -15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p>

	<b>Sarmīte Kauliņa</b> <i>(Dalība bezmaksas)</i>		<b>grupas nodarbība</b> <i>(slēgta grupa)</i>	<b>18:00</b>  <i>Projekts “Dzīvo vesels” “Aromterapija. 2.nodarbība” Sarmīte Kauliņa (Individuāla eļļas maisījuma pagatavošana par papildus maksu)</i>
<b>17.</b>  10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.  11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.  8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b>  8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale  15.00 - 17.00 Galda spēles bērniem  <b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> <i>(pēc pieraksta)</i>	<b>18.</b>  10:00 - 11:00 Nūjošanas nodarbība  12:00 – 15:00 Senioru – amatieru teātris  8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*  <b>13:00 – 15:00</b> <b>Radošā nodarbība</b> <b>bērniem</b> (Inga)  8:30-17:30 <b>Brīvais</b> <b>apmeklējums*</b>  <b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b>	<b>19.</b>  10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.  11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.  8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b>  8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*  <b>12:00-15:00</b> <b>Atbalsta grupa</b> <b>“Dzīvesprasmes”</b> <i>(cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem)</i>  <b>8:30 – 17:00</b>	<b>20.</b>  10:00 – 12:00 Senioru ansamblis  10:00- 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās  <b>8:30-17:30</b> <b>Brīvais apmeklējums*</b>  8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*  <b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> <i>(pēc pieraksta)</i>  <b>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b>  <b>18:00 – 21:00</b>  Veselības ministrijas pilotprojekta	<b>21.</b>  10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.  11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.  <b>10:00 – 12:00</b> <b>Radošā nodarbība</b> <b>pieaugušajiem</b> (Inga, Vita)  14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs  <b>8:30-15:00</b> <b>Brīvais apmeklējums*</b>

	(pēc pieraksta)	<b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta) <b>18:00- 19:00</b> <b>12 soļu Al-anon</b> <b>pašizaugsmes grupa*</b> Iepriekš pieteikties pa tel.29387363	smēķēšanas atmešanas veicināšanai ietvaros– <b>bezmaksas smēķēšanas</b> <b>atmešanas atbalsta</b> <b>grupas nodarbība</b> (slēgta grupa)	<b>8:30 – 15:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta) 8:30 -15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*
<b>24.</b> 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 15.00 - 17.00 Galda spēles bērniem 8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b> 8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale* <b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)	<b>25.</b> 10:00 - 11:00 Nūjošanas nodarbība 8:30-17:30 <b>Brīvais</b> <b>apmeklējums*</b> 12:00 – 15:00 Senioru – amatieru teātris <b>13:00 – 15:00</b> <b>Radošā nodarbība</b> <b>bērniem</b> (Inga) 8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale* <b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)	<b>26.</b> 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b> 8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale* <b>12:00-15:00</b> <b>Atbalsta grupa</b> <b>“Dzīvesspēks”</b> (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) <b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta)	<b>27.</b> 10:00 – 12:00 Senioru ansamblis 10:00- 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās 8:30-17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b> 8:30 -17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale* <b>8:30 – 17:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta) <b>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b> <b>18:00 – 21:00</b> Veselības ministrijas pilotprojekta smēķēšanas atmešanas veicināšanai ietvaros– <b>bezmaksas smēķēšanas</b> <b>atmešanas atbalsta</b> <b>grupas nodarbība</b>	<b>28.</b> 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. <b>10:00 – 12:00</b> <b>Radošā nodarbība</b> <b>pieaugušajiem</b> (Inga, Vita) 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 12:00-13:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs <b>8:30-15:00</b> <b>Brīvais apmeklējums*</b> <b>8:30 – 15:00</b> <b>Psihologs*</b> (pēc pieraksta) 8:30 -15:00

			(slēgta grupa)	Pārtikas, higiēnas paku izdale*  <b>18:00</b> Projekts “Dzīvo vesels” <b>“Veģetatīvā distonija. Stresa ietekme uz veselību.”</b> Ārste – neiroloģe <b>Sandra Vestermane</b> <i>(ieejas maksa 3 euro)</i>
--	--	--	----------------	--

\***Brīvais apmeklējums** - veļas mazgāšana (pēc pieraksta), dušas lietošana, datora lietošana (45 min.), preses lasīšana, sarunas, bērnu istaba - pirmsskolas bērniem, galda spēles, lietoto apģērbu, mantu, grāmatu u.c. lietu labdarība.  
Info tālr. 65053895

\***Rehabilitācijas un rotaļu laukums**– pieejams **TIKAI** dienas centra darba laikā.

\***Psihologs Linda Riekstiņa-Avotiņa** (Lielvārdes iedzīvotājiem bezmaksas) pieņem pēc iepriekšējā pieraksta (t.20266604)

\***12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa** – cerība un palīdzība alkoholiķu tuviniekiem un draugiem. Bezmaksas. Iepriekš pieteikties pa tel.29387363.

\***AA sapulce** – Anonīmie alkoholiķi ir sieviešu un vīriešu sadraudzība, kurā viņi dalās savā pieredzē, spēkā un cerībās, lai atrisinātu savu kopējo problēmu un palīdzētu citiem atveseļoties no alkoholisma. Bezmaksas.

\* **Pārtikas, higiēnas paku izdale** - Eiropas Atbalsta fonda vistrūcīgākajām personām (EAFVP) atbalsta komplektu (pārtikas pakas, higiēnas pakas izsniegšana trūcīgām, krīzes situācijā esošām ģimenēm (personām) un maznodrošinātām ģimenēm (personām), ja izziņā ir speciāla atzīme, ka tā atbilst EAFVP atbalsta saņemšanas nosacījumiem. Izziņu izsniedz Lielvārdes novada Sociālais dienests.