

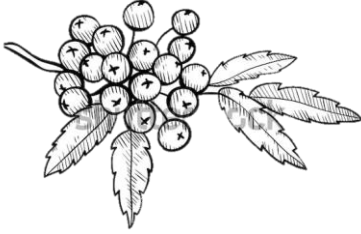
Lielvārdes Sociālā dienas aprūpes centra darba plāns

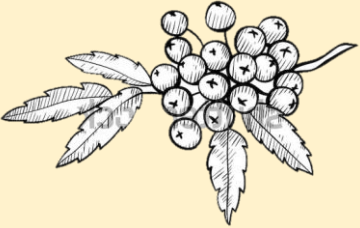
2020.gada SEPTEMBRIS

PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA
	1.	2.	3.	4.
	10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība	10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.	9:00-15:00 “Tingeltangels”	10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgts pasākums)
	8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale	11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.	10.00-12.00 Senioru deju ansambļa mēģinājums	11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.
	8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)	8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)	10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās	10:00-12:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)
	10:00-11:30 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)	14:00 - 17:00 Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes” (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa	8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)	12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums
	12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums	8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*	12.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīves spēks” (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa	10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem “ <i>Priekšautiņu šūšana</i> ” (Dace)
	8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*	8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale	8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*	Ar iepriekšēju pierakstu līdz 5 cilvēkiem t.65053895
	16:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)	18:00 - 19:00 12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa* Iepriekš pieteikties pa tel.29387363	8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale	14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs
			18:30 – 19:30 AA sapulce *	



				8:30 - 15:00 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale
7. 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 10:00 – 12:00 Senioru ansamblis 10:00 – 11:00 Datornodarbība iesācējiem, viedtālrunu lietošanas pamati 13:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība) 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 17:00	8. 10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība 8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 10:00-11:30 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība) 12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums* 16:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)	9. 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 14:00 - 17:00 Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes” (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale 18:00 - 19:00 12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa*	10. 10:00-12.00 Senioru deju ansambļa mēģinājums 10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 12.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīvespēks” (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale 18:30 – 19:30 AA sapulce *	11. 10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgta nodarbība) 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 10:00-12:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība) 12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums 10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem “Klūgu vainags dažādām svētku reizēm” (Sandra)

<p>Pārtikas, higiēnas paku izdāle 15:00 – 17:00 Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p>		<p>Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p>		<p>Ar iepriekšēju pierakstu līdz 5 cilvēkiem t.65053895 14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs 8:30 - 15:00 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle</p>
<p>14. 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 10:00 – 12:00 Senioru ansamblis 10:00 – 11:00 Datornodarbība iesācējiem, viedtālrunu lietošanas pamati</p>	<p>15. 10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība 8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 10:00-11:30 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība) 12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums 8:30 - 17:30</p>	<p>16. 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 14:00 - 17:00 Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes” (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p>	<p>17. 10:00-12:00 Senioru deju ansambla mēģinājums 10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 12.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīvespēks” (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p>	<p>18. 10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgta nodarbība) 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 10:00-12:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība) 12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums</p>

<p>13:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība) 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale 15:00 – 17:00 Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p>	<p>Brīvais apmeklējums*</p> <p>16:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)</p> 	<p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>18:00 - 19:00 12 soļu AI-anon pašizaugsmes grupa* Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p>	<p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>18:30 – 19:30 AA sapulce *</p>	<p>10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem “Šūti dāvanu maisiņi” (Astra) Ar iepriekšēju pierakstu līdz 5 cilvēkiem t.65053895</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p>8:30 - 15:00 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p>
<p>21.</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 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>10:00 – 11:00 Datornodarbība iesācējiem,</p>	<p>22.</p> <p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>10:00-11:30 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)</p>	<p>23.</p> <p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p>14:00 - 17:00 Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes” (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 – 17:00</p>	<p>24.</p> <p>10:00-12:00 Senioru deju ansambļa mēģinājums</p> <p>10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>12.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīvespēks”</p>	<p>25.</p> <p>10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgta nodarbība)</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>10:00-12:00 Individuāla terapijas nodarbība</p>

<p>viedtālrunu lietošanas pamati</p> <p>10:00 – 12:00 Senioru ansamblis</p> <p>13:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>15:00 – 17:00 Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p>	<p>12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>16:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)</p>	<p>Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>18:00 - 19:00 12 soļu AI-anon pašizaugsmes grupa* Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p>	<p>(cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>18:30 – 19:30 AA sapulce *</p>	<p>(slēgta nodarbība)</p> <p>12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums</p> <p>10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem “Gleznošana” (Vita) Ar iepriekšēju pierakstu līdz 5 cilvēkiem t.65053895</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p>8:30 - 15:00 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p>
<p>28.</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 – 17:00 Psihologs*</p>	<p>29.</p> <p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p>	<p>30.</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 – 17:00 Psihologs*</p>		

<p>(pēc pieraksta)</p> <p>10:00 – 12:00 Senioru ansamblis</p> <p>10:00 – 11:00 Datornodarbība iesācējiem, viedtālrunu lietošanas pamati</p> <p>13:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>15:00 – 17:00 Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p>	<p>10:00-11:30 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)</p> <p>12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>16:00-17:00 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība)</p>	<p>(pēc pieraksta)</p> <p>14:00 - 17:00 Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes” (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>18:00 - 19:00 12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa* Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p>	
--	--	---	---

***Dienas centra darba plāns var mainīties!**

***Brīvais apmeklējums** - veļas mazgāšana (pēc pieraksta), dušas lietošana, datora lietošana (45 min.), preses lasīšana, sarunas, bērnu istaba – pirmsskolas vecuma 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 pieņem pēc iepriekšējā pieraksta (t.20266604). Lielvārdes novada iedzīvotājiem bezmaksas.**

***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.

“Tingeltangels” – katra mēneša 1.ceturtdienā Lielvārdes novada iedzīvotājiem tiek piedāvāta iespēja bez maksas izvēlēties sev ikdienā nepieciešamās lietas - lietotu apģērbu, apavus, bērnu mantas, grāmatas u.c. (Labdarības ziedotājiem **lūgums ziedot tikai tīru, nesaplēstu un labu apģērbu, apavus, bērnu mantas, traukus u.c. saimniecībā noderīgas lietas**).