

Nedzirdīgo kopienas centra plāns: 02.01. – 31.01.2025

PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA	SESTDIENA
		<p><u>1. janvāris</u></p> <p>Brīvdiena Jaungada diena</p>	<p><u>2. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības- adīšana, cimdi-zeķes 11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmieš patstāvīgi datora, planšetes lietošanu</p>	<p><u>3. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības- adīšana, cimdi-zeķes 13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p><u>6. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana 11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – zīmēšana-akvareļu zīmuli un brīva tēma 12:00 – 15:00 Novusa draugi 12:30 –13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><u>7. janvāris</u></p> <p>9:00Brokastu tēja- kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 13:00 Radošās nodarbības – mezglošana-grāmatzīme 13:00 – 16:00 Izstādes apmeklējums Tautas lietišķās mākslas studijā – “Valdziņš pie valdziņa, rakstiņš pie rakstiņa” 14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p><u>8. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 11:00 Kustību priekš 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības- zīmēšana-akvareļu zīmuli un brīva tēma 12:00 – 15:30 Novusa draugi 16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><u>9. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – gleznošana ar plastilīnu 12:30 – 14:30 Kino apmeklējums - piedzīvojumu filma “Straume” 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><u>10. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē •10.00–13:30Kulinārijas nodarbība 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības- adīšana, cimdi-zeķes 13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p><u>13. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana</p>	<p><u>14. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība</p>	<p><u>15. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 11:00 Kustību priekš</p>	<p><u>16. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – mezglošana-atslēgu pickariņš</p>	<p><u>17. janvāris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē</p>	

<p>11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – adīšana – cimdi un zeķes 12:00 – 15:00 Novusa draugi 12:30 – 13:30 Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p>11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – zīmēšana-akvareļu zīmuļi un brīva tēma 14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p>11:00 – 15:00 Radošās nodarbības – gleznošana ar plastilīnu 12:00 – 15:30 Novusa draugi 16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p>11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmies patstāvīgi datora, planšetes lietošanu 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p>10:00 – 15:00 Radošās nodarbības – filcēšana-atslēgu piekariņš 13:00 – 14:00 Interesešu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p><u>20. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana 11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – filcēšana-aksesuārs pēc izvēles 12:00 – 15:00 Novusa draugi 12:30 – 13:30 Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><u>21. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – filcēšana-aksesuārs pēc izvēles 14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p><u>22. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 11:00 Kustību prieks 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības- filcēšana-aksesuārs pēc izvēles 12:00 – 15:30 Novusa draugi 16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><u>23. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības- adīšana, cimdi-zeķes 11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmies patstāvīgi datora, planšetes lietošanu 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><u>24. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības- adīšana, cimdi-zeķes 13:00 – 14:00 Interesešu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p><u>27. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana</p>	<p><u>28. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – gleznošana ar plastilīnu</p>	<p><u>29. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 11:00 Kustību prieks 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības – gleznošana ar plastilīnu</p>	<p><u>30. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības- adīšana, cimdi-zeķes 11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmies</p>	<p><u>31. janvāris</u> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības- adīšana, cimdi-zeķes</p>	

<p>11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – zīmēšana-akvareļu zīmuļi un brīva tēma 12:00 – 14:00 Kristaps Ķikurs: Ceļojumu dienasgrāmata no Jaunzēlandes līdz Austrālijai 14:00 – 16:30 Novusa draugi 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p>14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p>ar plastilīnu 12:00 – 15:30 Novusa draugi 16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p>patstāvīgi datora, planšetes lietošanu 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p>13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
--	---	---	--	---	--

- Individuālās konsultācijas pie kopienas centra speciālistiem katru darba dienu.
- Veļas mazgāšanas pakalpojums pēc iepriekšējā pieraksta.
- Šūšanas darbnīcas izmantošana pēc iepriekšējā pieraksta.
- Informējam, ka aktivitāšu plāns darba gaitā var mainīties!