

Nedzirdīgo kopienas centra plāns: 01.11. – 30.11.2024

PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA	SESTDIENA
				<p><u>1. novembris</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:30 – 10:00 – Īdens aerobika Rimi 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības - gleznošana.” Rudens manā logā “ 13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu” 	
<p><u>4. novembris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <ul style="list-style-type: none"> •10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym. •11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym <p>11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – dekoru veidošana Latvijas valsts svētku noskaņās</p> <p>12:00 – 15:00 Novusa draugi</p> <p>12:30 – 13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei</p> <p>17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><u>5. novembris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – rokdarbi - piespraude un citi aksesuāri Latvijas karoga krāsās</p> <ul style="list-style-type: none"> •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība <p>14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles</p> <p>17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><u>6. novembris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 11:00 Kustību prieks</p> <p>11:00 – 15:00 Radošās nodarbības – zīmēšana - Latvijas kontūra</p> <p>12:00 – 15:30 Novusa draugi</p> <p>16:00 – 17:30 Info diena</p> <p>17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><u>7. novembris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – zīmēšana - Latviešu zīmes un simboli.</p> <p>11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāties patstāvīgi datora, planšetes lietošanu</p> <p>15:00 – 17: 00 Ekskursija – “Iepazīsti Rātsnamu”</p> <p>17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><u>8. novembris</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:30 – 10:00 – Īdens aerobika Rimi 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības – gleznošana - Rudens ainava. 13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu” 	
<p><u>11. novembris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p>	<p><u>12. novembris</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:30 – 10:00 – Īdens aerobika Rimi Olimpiskais centrs 	<p><u>13. novembris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p>	<p><u>14. novembris</u></p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 16:00 Radošās</p>	<p><u>15. novembris</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:30 – 10:00 – Īdens aerobika Rimi 9:00 Brokastu tēja – 	

<ul style="list-style-type: none"> •10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym. •11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym <p>11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – Lāčplēša diena. Sveču liešana Latvijas karoga krāsās. 12:00 – 15:00 Novusa draugi 12:30 – 13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei – Lāčplēša diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p>9:00Brokastu tēja- kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <ul style="list-style-type: none"> •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība <p>11:00 – 16:00 00 Radošās nodarbības – rokdarbi - piespraude un citi aksesuāri Latvijas karoga krāsās 14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p>10:00 – 11:00 Kustību prieks 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības – Zīmēšana. Latviešu zīmes un simboli. 12:00 – 15:30 Novusa draugi <u>16:30 – 19:30 Pasākums “Mūsu Latvijai – svētku diena!” – svecītes iedegšana LNS pagalmā</u></p>	<p>nodarbības – darbs materiālā . Dekoru veidošana Latvijas valsts svētku noskaņās. 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>kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības – darbs materiālā . Dekoru veidošana Latvijas valsts svētku noskaņās. 13:00 – 14:00 Interesešu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p>18. novembris</p> <p>Brīvdiena</p> <p>Latvijas Republikas proklamēšanas diena</p>	<p>19. novembris</p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:30 – 10:00 – Īdens aerobika Rimi Olimpiskais centrs <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <ul style="list-style-type: none"> •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība <p>11:00 – 16:00 Radošās nodarbības- zīmēšana- Latviešu zīmes un simboli. 14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p>20. novembris</p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 11:00 Kustību prieks 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības- zīmēšana- “Četri gadalaiki”.</p> <p>12:00 – 15:30 Novusa draugi 16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p>21. novembris</p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 16:00 Radošās nodarbības-Modes aksesuāri. 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>22. novembris</p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:30 – 10:00 – Īdens aerobika Rimi <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības – rokdarbi - adīšana 13:00 – 14:00 Interesešu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p>25. novembris</p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <ul style="list-style-type: none"> •10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym. •11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym <p>11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – rokdarbi - adīšana</p>	<p>26. novembris</p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:30 – 10:00 – Īdens aerobika Rimi Olimpiskais centrs <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <ul style="list-style-type: none"> •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība <p>11:00 – 16:00 Radošās nodarbības- filcēšana</p>	<p>27. novembris</p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 11:00 Kustību prieks 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības- darbs materiālā – Ziemassvētku dekori 12:00 – 15:30 Novusa draugi</p>	<p>28. novembris</p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē</p> <p>10:00 – 16:00 Radošās nodarbības- darbs materiālā – Ziemassvētku dekori 11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmies patstāvīgi datora, planšetes lietošanu 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra</p>	<p>29. novembris</p> <p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības- darbs materiālā – Ziemassvētku dekori 13:00 – 14:00 Interesešu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	

12:00 – 15:00 Novusa draugi 12:30 – 13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība	14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība	16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība	kolektīva nodarbība		
---	---	---	---------------------	--	--

- Individuālās konsultācijas pie kopienas centra speciālistiem katru darba dienu.
- Kulinārijas, Rimi Olimpiskais centrs un Sporta draugi “Kaizen Gym” nodarbība pēc iepriekšējā pieraksta.
- Veļas mazgāšanas pakalpojums pēc iepriekšējā pieraksta.
- Šūšanas darbnīcas izmantošana pēc iepriekšējā pieraksta.
- Informējam, ka aktivitāšu plāns darba gaitā var mainīties!