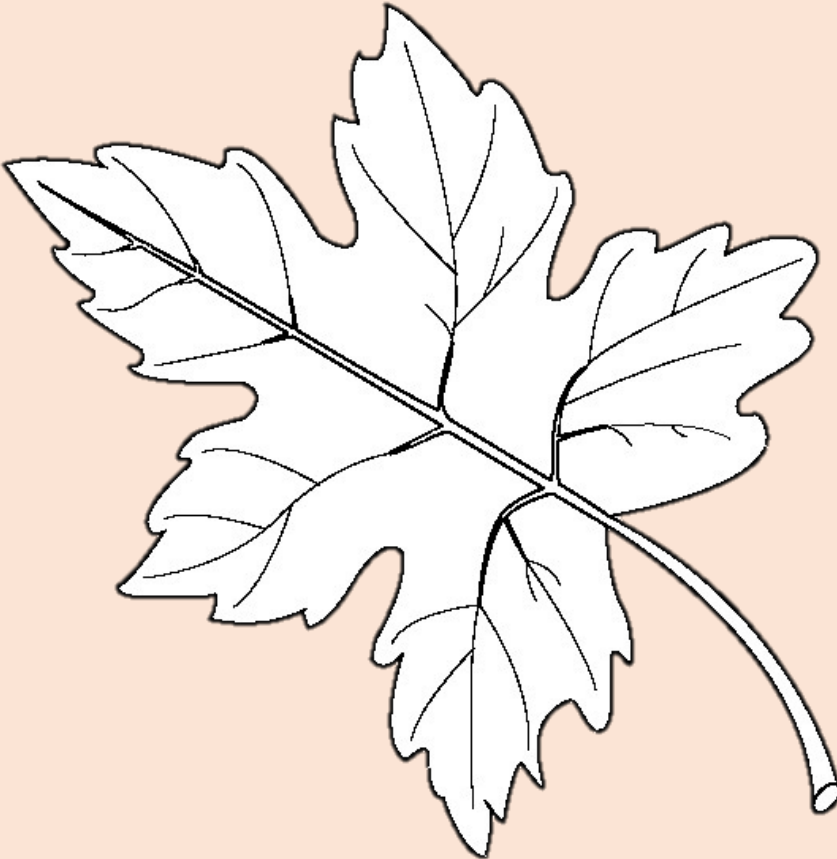




Lielvārdes Sociālā dienas aprūpes centra darba plāns


2020.gada OKTOBRIS


| PIRMDIENA | OTRDIENA | TREŠDIENA | CETURTDIENA | PIEKTDIENA |
|-----------|----------|---|--|---|
| | |  | 1. 9:00-15:00 “Tingeltangels” 10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 13.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīvesspēks” (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle 18:30 – 19:30 AA sapulce * | 2. 10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgts pasākums) 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums 10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem “Mezgloti iekaramie puķu podu turētāji” (Vineta) 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>5.</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 – 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 izdāle</p> <p>15:00 – 17:00</p> | <p>6.</p> <p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</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>7.</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>10.00-13.00 Sociālo darbinieku supervīzija (slēgta grupa)</p> <p>13:00 - 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 izdāle</p> <p>18:00 - 19:00</p> | <p>8.</p> <p>10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>13.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīves spēks” (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle</p> <p>18:30 – 19:30 AA sapulce *</p> | <p>9.</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>12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums</p> <p>10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem “Rudens kompozīcija” (Vineta) 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>Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p> | | <p>12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa* Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p> | | <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> |
|--|---|---|--|---|
| <p>12.</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 – 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</p> | <p>13.</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>12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums</p> <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> | <p>14.</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>13:00 - 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> | <p>15.</p> <p>10:00-13:00 Psihologu supervīzija Slēgta grupa</p> <p>10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>13.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīvespēks” (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>16.</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>12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums</p> <p>10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem “Groziņu pīšana” (Sandra) Ar iepriekšēju pierakstu līdz 5 cilvēkiem t.65053895</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| <p>Pārtikas, higiēnas paku izdāle 15:00 – 17:00 Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p> |  | | | <p>8:30 - 15:00 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle</p> |
| <p>19. 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 – 11:00 Datornodarbība iesācējiem, viedtālrunu lietošanas pamati 10:00 – 12:00 Senioru ansamblis 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> | <p>20. 10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība 8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 12.00-15.00 Invalīdu biedrības pasākums (slēgta grupa) 10:00-11:30 Individuāla terapijas nodarbība (slēgta nodarbība) 12:00-15:00 LPB teātra “Paši” mēģinājums 8:30 - 17:30</p> | <p>21. 10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. 11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr. 10.00-13.00 Sociālo darbinieku supervīzija (slēgta grupa) 14:00 - 17:00 Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes” (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> | <p>22. 10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās 8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta) 12.00-17.00 Atbalsta grupa “Dzīves spēks” (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums* 8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle 18:30 – 19:30 AA sapulce *</p> | <p>23. 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 “Gleznošana”</p> |

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle 15:00 – 17:00 Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p> | <p>Brīvais apmeklējums*</p> | <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle 18:00 - 19:00 12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa* Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p> |  | <p>(Vita) 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>26. 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>27. 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</p> | <p>28. 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) 13:00 - 17:00 Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes” (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> | <p>29. 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 “Dzīves spēks” (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa 8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> | <p>30. 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) 12:00-15:00 Lielvārdes pensionāru biedrības tikšanās 10:00 – 13:00 Radošā nodarbība pieaugušajiem</p> |

| | | | | |
|--|---|--|--|---|
| <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle</p> <p>15:00 – 17:00 Radošās nodarbības bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p> | <p>8:30 - 17:30 Brīvais apmeklējums*</p>  | <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle</p> <p>18:00 - 19:00 12 soļu Al-anon pašizaugsmes grupa* Iepriekš pieteikties pa tel.29387363</p> | <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdāle</p> <p>18:30 – 19:30 AA sapulce *</p>  | <p>“Helovīnu ķirbju grebšana” (Vineta) 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 izdāle</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 izdāle** - 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**).