


## Lielvārdes Sociālā dienas aprūpes centra darba plāns

### 2020.gada JŪLIJS

PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA
<p><b>Bērnu vasaras nometne</b>  <b>“Zaļā cepure”</b>                      Slēgta grupa</p> 		<p>1.</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>11:00 - 14:00</b>  <b>Atbalsta grupa</b>  <b>“Dzīvesspēks”</b>                      (cilvēkiem ar kustību traucējumiem)                      Slēgta grupa</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30  <b>Brīvais apmeklējums*</b></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>2.</p> <p><b>11:00 – 14:00</b>  <b>Atbalsta grupa</b>  <b>“Dzīvesprasmes”</b>                      (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem)                      Slēgta grupa</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p><b>8:30 – 17:30</b>  <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 – 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale*</p> <p><b>18:30 – 19:30</b>  <b>AA sapulce *</b></p>	<p>3.</p> <p><b>9:00-15:00</b>  <b>Bērnu vasaras nometne</b>  <b>“Zaļā cepure”</b>                      Slēgta grupa</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 – 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p><b>8:30 – 15:00</b>  <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 – 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p>

<p>6.</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>Senioru ansamblis</b></p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>15:00 – 17:00 Galda spēles bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p>	<p>7.</p> <p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>LPB teātra “Paši” mēģinājums</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p>	<p>8.</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</b> <b>“Dzīvesspēks”</b> (cilvēkiem ar kustību traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></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>9.</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p><b>10:00-12.00</b> <b>Senioru deju ansambla mēģinājums</b></p> <p>10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p><b>12:00 - 15:00</b> <b>Atbalsta grupa</b> <b>“Dzīvesprasmes”</b> (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p><b>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b></p>	<p>10.</p> <p>10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgts pasākums)</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>LPB teātra “Paši” mēģinājums</b></p> <p>8:30 – 15:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p>8:30 - 15:00 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p>
<p>13.</p> <p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p>	<p>14.</p> <p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p><b>12:00-15:00</b></p>	<p>15.</p> <p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p>	<p>16.</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p>	<p>17.</p> <p>10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgts pasākums)</p>

<p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>10:00 – 12:00</b> <b>Senioru ansamblis</b></p> <p><b>10:00 – 11:00</b> <b>Datornodarbība</b> <b>iesācējiem,</b> <b>viedtālrunu</b> <b>lietošanas pamati</b></p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais</b> <b>apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>15:00 – 17:00 Galda spēles bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p>	<p><b>LPB teātra “Paši”</b> <b>mēģinājums</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p>	<p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></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><b>10:00-12.00</b> <b>Senioru deju ansambļa</b> <b>mēģinājums</b></p> <p><b>12:00 - 15:00</b> <b>Atbalsta grupa</b> <b>“Dzīvesprasmes”</b> (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa</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>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b></p>	<p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>LPB teātra “Paši”</b> <b>mēģinājums</b></p> <p>8:30 – 15:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p>8:30 - 15:00 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p>
<p>20.</p> <p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p>	<p>21.</p> <p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>LPB teātra “Paši”</b> <b>mēģinājums</b></p> <p>8:30 - 17:00</p>	<p>22.</p> <p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p>	<p>23.</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p><b>10:00-12.00</b> <b>Senioru deju ansambļa</b> <b>mēģinājums</b></p>	<p>24.</p> <p>10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgts pasākums)</p> <p>11:30 – 13:00 Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p>

<p><b>10:00 – 12:00</b> <b>Senioru ansamblis</b></p> <p><b>10:00 – 11:00</b> <b>Datornodarbība</b> <b>iesācējiem,</b> <b>viedtālrunu</b> <b>lietošanas pamati</b></p> <p>8:30 - 15:00 <b>Brīvais</b> <b>apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p>	<p>Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> 	<p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></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>10:00 - 14:00 Lielvārdes Invalīdu biedrības tikšanās</p> <p><b>12:00 - 15:00</b> <b>Atbalsta grupa</b> <b>“Dzīvesprasmes”</b> (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p><b>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b></p>	<p><b>12:00-15:00</b> <b>LPB teātra “Paši”</b> <b>mēģinājums</b></p> <p><b>10:00 – 13:00</b> <b>Radošā nodarbība</b> <b>pieaugušajiem</b> <b>“Dekoratīvie āra puķu</b> <b>podī”</b> (Vineta) Ar iepriekšēju pierakstu līdz 5 cilvēkiem t.65053895</p> <p>8:30 – 15:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p>8:30 - 15:00 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku Izdale</p>
<p>27.</p> <p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00</p>	<p>28.</p> <p>10:00 - 12:00 Nūjošanas nodarbība</p> <p><b>12:00-15:00</b></p>	<p>29.</p> <p>10:00 – 11:30 Sporta nodarbības senioriem 1.gr.</p> <p>11:30 – 13:00</p>	<p>30.</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p><b>10:00-12.00</b></p>	<p>31.</p> <p>10:00-13:00 Sporta nodarbības senioriem 1.gr. (slēgts pasākums)</p> <p>11:30 – 13:00</p>

<p>Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>10:00 – 12:00</b> <b>Senioru ansamblis</b></p> <p><b>10:00 – 11:00</b> <b>Datornodarbība iesācējiem, viedtālrunu lietošanas pamati</b></p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>15:00 – 17:00 Galda spēles bērniem (Vineta, Andris) Ar iepriekšēju pierakstu t.65053895 līdz 6 bērniem</p>	<p><b>LPB teātra “Paši” mēģinājums</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p>	<p>Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p>8:30 – 17:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></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><b>Senioru deju ansambļa mēģinājums</b></p> <p><b>12:00 - 15:00</b> <b>Atbalsta grupa “Dzīvesprasmes”</b> (cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem) Slēgta grupa</p> <p>8:30 - 17:30 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 17:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</p> <p><b>18:30 – 19:30</b> <b>AA sapulce *</b></p>	<p>Sporta nodarbības senioriem 2.gr.</p> <p><b>12:00-15:00</b> <b>LPB teātra “Paši” mēģinājums</b></p> <p><b>10:00 – 13:00</b> <b>Radošā nodarbība pieaugušajiem “Lakati uz rāmja”</b> (Ruta) Ar iepriekšēju pierakstu līdz 5 cilvēkiem t.65053895</p> <p>8:30 – 15:00 Psihologs* (pēc pieraksta)</p> <p>14:00 - 15:00 Izglītojoši, saimnieciski, organizatoriski pasākumi, metodiskais darbs</p> <p>8:30 - 15:00 <b>Brīvais apmeklējums*</b></p> <p>8:30 - 15:00 Pārtikas, higiēnas paku izdale</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**).