

Pirmdiena 11-19.00	Otrdiena 9-17.00	Trešdiena 11-19.00	Ceturtdiena 11-19.00	Piektdiena 9-17.00
<p><b>11.00-17.00 Sociālā darbinieka konsultācijas.</b> (Iepriekš pieteikties pa tālr. 26402390)</p> <hr/> <p><b>12.00-17.00 Fizioterapeita bezmaksas konsultācijas.</b> (Pieteikties pa tālr.29192852)</p> <hr/> <p><b>Radošās nodarbības:</b></p> <p><b>5.augustā 12.00</b> Gleznošanas meistarklase “Klusā daba ar augļiem” kopā ar mākslinieci Aigu Kalniņu.</p> <hr/> <p><b>19.augustā 13.00</b> Zīmēšana – kompozīcijas pamati kopā ar Intu Silanžu.</p> <hr/> <p><b>15.00</b> Ārstnieciskā vingrošana ar Rudīti. Pieteikties pa tālr. 29192852.</p> <hr/> <p><b>17.30</b> “Rožukroņa lūgšana - lūgšim par mūsu tuvajiem!”</p>	<p><b>12.00 Nodarbība grūtniecēm. 2.stāvā.</b> Iepriekš pierakstoties, pa tālr. 29247313.</p> <hr/> <p><b>Vecmātes Baibas Stikutes konsultācijas.</b> Pieteikties pa tālr. 29247313.</p> <hr/> <p><b>13.00-14.30 Senioru klubiņš “Dzīve sākas pēc 60”.</b> (Vairāk skat. sadaļā “Senioru klubiņš”)</p> <hr/> <p><b>17.00 Pastorālās konsultācijas.</b> (Konsultē B. A.Kravalis, iepriekš pieteikties pa tālr.20000466)</p> <hr/> <p><b>20.augustā 18.00</b> Nodarbība grūtniecēm un tētiem. (Vadītāja-vecmāte B.Stikute, pieteikties pa tālr. 29247313 )</p> <hr/> <p><b>27.augustā 18.00</b> Atbalsta grupa brīvprātīgajiem.</p>	<p><b>11.-17.00 Novusa spēle.</b> (Interesēties pie sociālā darbinieka.) 2.stāvā</p> <hr/> <p><b>13.00.-14.30 Senioru skolas lekcijas.</b></p> <hr/> <p><b>13.00-15.00 Ģimenes konsultācijas pie Dzintras Bušmanes.</b> iepriekš pierakstoties, tālr. 27024699.</p> <hr/> <p><b>21.augustā 13.30</b> “Sociālo diskusiju un sarunu klubs”. (Skat. sadaļu “Aktuālitātes”)</p> <hr/> <p><b>7., 14. un 21. augustā 15.00-16.00</b> Ārstnieciskā vingrošana muguras stiprināšanai ar Rudīti.</p> <hr/> <p><b>17.30</b> “Fotostudija ar Ojāru Jansonu”.</p> <hr/> <p><b>16.00- 19.00</b> Individuālas psihologa bezmaksas konsultācijas (konsultē Ingrīda Trups-Kalne), iepriekš pierakstoties, tālr. 29745440.</p> <hr/> <p><b>17.00-19.00</b> Sociālā darbinieka konsultācijas. (Iepriekš pieteikties pa tālr. 26402390)</p>	<p><b>22.augustā 11.00</b> Ekskursija “Mana Vecrīga” profesionālas gides Marijas Antānes pavadībā (Pieteikšanās pie dienas centra sociālā darbinieka!)</p> <hr/> <p><b>12.00 Rīgas pensionāru savienības tikšanās.</b></p> <hr/> <p><b>14.00 -15.30</b> Galda spēļu pēcpusdiena. 2.st.</p> <hr/> <p><b>13.30 -16.00</b> Dejas senioriem. Vada horeogrāfe Antra Zūkere.</p> <hr/> <p><b>15.00</b> Nodarbība “Dziedāsim latviski un latgaliski”. Vada Ilona Bogomola.</p> <hr/> <p><b>16.00- 19.00</b> Individuālas psihologa bezmaksas konsultācijas (konsultē Ingrīda Trups-Kalne), iepriekš pierakstoties, tālr. 29745440.</p> <hr/> <p><b>17.00</b> Poļu valoda kopā ar priesteri Karolu.</p>	<p><b>11.00</b> Nodarbība māmiņām ar mazuļiem. Vecmātes Baibas Stikutes konsultācijas. (Iepriekš pieteikties pa tālr. 29247313 )2.stāvā</p> <hr/> <p><b>12.00 Rokdarbu studija</b> (ieteikties tālr.29651013):</p> <p><b>9.augustā</b> Rotaslietu darināšana un labošana.</p> <p><b>16.augustā</b> Apsveikumu kartiņu darbnīca.</p> <p><b>23.augustā</b> Adīšanas darbnīca. (Adījumu darināšana pansionātu iemītniekiem) 2.stāvā</p> <hr/> <p><b>16.00</b> Vācu valoda kopā ar Mariju Antāni.</p> <hr/> <p><b>30.augusts 16.00</b> ”Motus Vita”</p> <hr/> <p><b>Individuālas datorprasmju apmācības nodarbības.</b> Pieteikties pa tālr.26050494 (Elīna)</p>

## Senioru klubiņš (1.stāva zālē)

6.AUGUSTS 13.00	13.AUGUSTS 13.00	20.AUGUSTS 13.00	27.AUGUSTS 13.00
Tikšanās ar Natāliju Boļšakovu-Minčenko -“Aleksandra Meņa Starptautiskās labdarības biedrības” prezidenti. <i>(Tikšanās valoda – latviešu/krievu)</i>	Augusts - svētceļojumu un garīgu pārdomu laiks.  Skatāmie LTV dokumentālo filmu “AGLONA. MIRKLIS PIRMS”.	“PAR AUSTRĀLIJU” - viesos fotogrāfs Indulis Zāļīte.	Viesos deju grupa no dienas centra “Mēs”.

Katru dienu Kopienas centra darba laikā ir iespēja:

- izmantot brīvā laika telpu kopienas centra 2.stāvā, kur ir pieejamas galda spēles, t.sk. novuss, prāta spēles, datori, bibliotēka;
- apmeklēt Sakrālo lietu muzeju un aktuālo izstādi kopienas centra pagrabstāvā.

## Aktualitātes AUGUSTĀ!

- Pirmdienās 17.30 aicinām pievienoties “Rožukroņa lūgšanai” kopā ar Rīgas Augstākās reliģijas zinātņu institūta (RARZI) studenti Inetu Prancāni . Lūgšim par mūsu tuvajiem! Lūgšanu noslēgsim kopīgi dodoties uz svēto misi Rīgas Sāpju dievmātes baznīcā.
- Pirmdien, 5.augustā 12.00 Gleznošanas meistarklase kopā ar mākslinieci Aigu Kalniņu: “Klusā daba ar augļiem”. *(Lūdzu savu dalību pieteikt pie dienas centra sociālā darbinieka! Vietu skaits ir ierobežots.)*
- 7.augusts 8.00 - Ekskursija uz Saldu sadarbībā ar “Latvijas senioru kopienu apvienību.” *(Pieteikšanās trešdienā “Senioru skolas” laikā.)*
- Trešdienās 13.00 “Senioru skolas” nodarbības:  
*14.augustā “Gardumi ziemai – receptes un mazie noslēpumi” (pieredzes apmaiņa konservēšanā), tikšanās vadītājs A.Čukmasovs;*  
*21.augustā “Gruzijas iespaidi” – stāsta ceļotāja Rasa Liepiņa;*  
*28.augustā Mēneša politiskais apskats kopā ar Artūru Čukmasovu.*
- 22.augustā 11.00 Ekskursija “Mana Vecrīga” profesionālas gides Marijas Antānes pavadībā. *(Pieteikšanās pie dienas centra sociālā darbinieka!)*
- Piektdienās - individuālas datorprasmju apmācības. Nodarbības vada brīvprātīgie! Iepriekš obligāti jāpiesakās un jāizrunā intereses: Elīna tālr.26050494 *(konsultēs visdažādākajos ar datora un interneta lietošanu saistītos jautājumos).*
- Par humānās palīdzības saņemšanas iespējām interesēties pie sociālā darbinieka!

Kopienas centra pakalpojumus līdzfinansē Rīgas domes Labklājības departaments  
*Aicinām iesaistīties Kopienas centra aktivitātēs, kā arī priecāsimies par Jūsu idejām un kopīgi  
 lai mūsu ikdiena kļūtu gaišāka!*

