

Kopienas centra vadītāja Inese Švekle

Klientu apkalpošanas speciālisti: Vineta Caune, Nataliia Leshchynska un Inta Silanža

Sociālā darbiniece: Inga Lukašinska

Kontaktinformācija: tālr.20000466, e-pasts: gimenesmaja@gmail.com; www.svgimenesmaja.lv; <https://www.facebook.com/gimenes.maja>

Adrese: Vecrīgā, Klosters iela 5 un 7

Pirmdiena 11-19.00	Otrdiena 9-17.00	Trešdiena 11-19.00	Ceturtdiena 11-19.00	Piektdiena 9-17.00
<p>28.oktobrī 10.00 -12.00 Biedrības "Vigor" nodarbība (Mākslas terapijas meistarklase "Māksla dzīvot")</p> <hr/> <p>11.00-17.00 Sociālā darbinieka konsultācijas. (Iepriekš pieteikties pa tālr. 26402390)</p> <hr/> <p>12.00-17.00 Fizioterapeita bezmaksas konsultācijas. (Pieteikties pa tālr.29192852)</p> <hr/> <p>21.oktobrī 13.00 Zīmēšana pamati kopā ar Intu Silanžu.</p> <hr/> <p>15.00 Ārstnieciskā vingrošana ar Rudīti. Pieteikties pa tālr. 29192852.</p> <hr/> <p>17.30 "Rožukroņa lūgšana - lūgšim par mūsu tuvajiem!"</p>	<p>12.00 Nodarbība grūtniecēm. 2.stāvā. (Iepriekš pierakstoties, pa tālr. 29247313)</p> <hr/> <p>Vecmātes Baibas Stikutes konsultācijas. (Pieteikties pa tālr. 29247313)</p> <hr/> <p>13.00-14.30 Senioru klubiņš "Dzīve sākas pēc 60". (Vairāk skat. sadaļā "Senioru klubiņš")</p> <hr/> <p>17.00 Pastorālās konsultācijas. (Konsultē B. A.Kravalis, iepriekš pieteikties pa tālr.20000466)</p> <hr/> <p>18.00 Pirmslaulību kurss.</p> <hr/> <p>Atbalsta grupa brīvprātīgajiem. (Skat.aktualitātes – izbraukuma tikšanās 5.oktobrī)</p>	<p>11.-17.00 Novusa spēle. (Interesēties pie sociālā darbinieka.) 2.stāvā</p> <hr/> <p>13.00.-14.30 "Senioru skola" Organizē "Latvijas senioru kopienu apvienība", vairāk skat. sadaļā "Aktualitātes".</p> <hr/> <p>13.00-15.00 Ģimenes konsultācijas pie Dzintras Bušmanes. (Iepriekš pierakstoties, tālr. 27024699)</p> <hr/> <p>23.oktobrī 13.30 "Sociālo diskusiju un sarunu klubs".</p> <hr/> <p>15.00-16.00 Ārstnieciskā vingrošana muguras stiprināšanai ar Rudīti.</p> <hr/> <p>17.30 "Fotostudija ar Ojāru Jansonu".</p> <hr/> <p>16.00- 19.00 Individuālas psihologa bezmaksas konsultācijas (konsultē Ingrīda Trups-Kalne), iepriekš pierakstoties, tālr. 29745440.</p> <hr/> <p>17.00-19.00 Sociālā darbinieka konsultācijas. (Iepriekš pieteikties pa tālr. 26402390)</p>	<p>12.00 Rīgas pensionāru savienības tikšanās.</p> <hr/> <p>14.00 -15.30 Krustvārdu mīklu pēcpusdiena! Vada I.Silanža.</p> <hr/> <p>13.30 -16.00 Dejas senioriem. Vada horeogrāfe Antra Zūkere.</p> <hr/> <p>15.00 Nodarbība "Dziedāsim latviski un latgaliski". Vada Ilona Bogomola.</p> <hr/> <p>16.00- 19.00 Individuālas psihologa bezmaksas konsultācijas (konsultē Ingrīda Trups-Kalne). (Iepriekš pierakstoties, tālr. 29745440)</p> <hr/> <p>17.00 Poļu valoda kopā ar priesteri Karolu.</p>	<p>11.00 Nodarbība māmiņām ar mazuļiem. Vecmātes Baibas Stikutes konsultācijas. (Iepriekš pieteikties pa tālr. 29247313)2.stāvā</p> <hr/> <p>12.00 Rokdarbu studija (ieteikties pa tālr.29651013):</p> <p>11.oktobrī - Adīšanas un tamborēšanas darbnīca. (Adījumu darināšana pansionātu iemītniekiem)</p> <p>18.oktobrī - Rotaslietu darināšanas pamati. Rotu labošana.</p> <p>25.oktobrī - Apsveikumu kartiņu darbnīca. (Gatavojam kartiņas mūsu viesiem).</p> <hr/> <p>Biedrības "Vigor" nodarbības: 4.oktobrī 13.00-14.00 11.oktobrī 14.30-16.00 25.oktobrī 13.00-16.00</p> <hr/> <p>16.00 Vācu valoda kopā ar Mariju Antāni.</p> <hr/> <p>16.00 "Motus Vita" -Iekļaujošais teātris. (Datums tiks precizēts)</p> <hr/> <p>Individuālas datorprasmju apmācības nodarbības. Pieteikties pa tālr.26050494 (Elīna)</p>

Senioru klubiņš (1.stāva zālē)

1.OKTOBRIS 13.00	8.OKTOBRIS 13.00	15.OKTOBRIS 13.00	22.OKTOBRIS 13.00	29.OKTOBRIS 13.00
SENIORU DIENA! MĒS CAURI GADSIMTAM- “LAIKA LIECĪBAS”.	‘Domu spēks – dzīvojam šeit un tagad, vakardiena pagājusi, rītdiena tikai būs!’ (2.daļa) nodarbību vada psiholoģe Dzintra Bušmane.	Viesos Dr.Theol. Vikārs Sobierajskis Bartolomejs. Lekcija: “Tobija grāmata – stāsts par ģimeni, laulību, dzimtu un Dieva klātbūtni un lūgšanu spēku”.	A.Priedes lekcija: Par garīgo veselību!	Viesos talantīgā fotogrāfe Una Taal – Medvide, fotogrāmatas Ziemeļmeitas kods” autore.

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 OKTOBRĪ!

- **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.**
- **Katru ceturtdienu plkst.14.00 “Krustvārdu miklu pēcpusdiena”. Nodarbība prāta asumam un atmiņas uzlabošanai! Vadītāja Inta Silanža.**
- **Trešdienās 13.00 ‘Senioru skolas’ nodarbības sadarbībā ar “Latvijas senioru kopienu apvienību”.**
- **Sestdien 5.oktobrī Senioru brauciens uz Dobeles dārzkopības institūtu: “Ābolu svētki kopā ar Ukrainas civiliedzīvotājiem” (sadarbībā ar “Latvijas senioru kopienu apvienību”, pieteikšanās “Senioru skolas” nodarbībā”).**
- **Sestdien, 5.oktobrī izbraukuma pasākums LOC brīvprātīgajiem - ekskursija Kuldīgā, atbalsta grupa, sadraudzība. Pieteikšanās pa tālr.26783847 (Ineta).**
- **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 ikdienu kļūtu gaišāka!

