

| Pirmdien 30. decembris | Otrdien 31. decembris | Trešdien 1. janvāris | Ceturtdien 2. janvāris | Piektdien 3. janvāris | |
|------------------------|-----------------------|--|---|--|---|
| | | <u>Laimīgu</u> <u>Jauno</u> <u>2025.</u> <u>Gadu!</u> | <u>10.00 – 11.00</u> Domubiedru grupa “Vingrojam lēnām” | <u>9.30-16.00</u> Masāža (pēc iepriekšēja pieraksta) | |
| | | | <u>12:00 – 13.00</u> Domubiedru grupa “Ar dziesmu pa dzīvi” | <u>11:00 – 12:30</u> Domubiedru grupa “Dziedot dzimu, dziedot augu” | |
| | | | <u>11.00 – 12.00</u> Mācos runāt latviski 1.gr <u>12.00 – 13.00</u> Mācos runāt latviski 2.gr | | |
| | | | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> Vingrošana <u>13.00-14.00</u> Nūjošana <u>14.00-15.00 2.gr.</u> Vingrošana | | |
| | | | <u>14:00 – 16:00</u> Kulinārijas nodarbība “Gatavosim kopā!” (pēc iepriekšēja pieraksta) | <u>14.00 – 15.00</u> Mācāmies lietot datoru/telefonu (pēc iepriekšēja pieraksta) | |
| | | | <u>16.00</u> Gleznošanas nodarbība ar Katrīnu | | |
| | | | | <u>14.00 – 15.00</u> Galda kopība “Ēd vesels!” | |
| | | | | <u>9.00 – 16.00</u> Velas mazgāšana (pēc iepriekšēja pieraksta) | <u>9.00 – 16.00</u> Velas mazgāšana (pēc iepriekšēja pieraksta) |

| Pirmdien 6. janvāris | Otrdien 7. janvāris | Trešdien 8. janvāris | Ceturtdien 9. janvāris | Piektdien 10. janvāris |
|--|---|---|---|--|
| <u>10.00 – 11.00</u> <u>Rožukroņa lūgšana</u> | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | <u>9:30-11.00</u> <u>Runājam angliiski ar Lea</u> <u>(ar zināšanām)</u> | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | <u>9.30-16.00</u> <u>Masāža</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>11.30 – 13.00</u> <u>Lasām Bībeli ar Ligitu</u> | <u>10.30 – 13.30</u> <u>Rokdarbi</u> <u>ar Initu Paožoli</u> | <u>11:00 – 12:00</u> <u>SVĒTBRĪDIS</u> <u>12:00 – 13:00</u> <u>Sarunas ar mācītāju</u> | <u>12:00 – 13.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Ar dziesmu pa dzīvi”</u> | <u>11:00 – 12:30</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Dziedot dzimu,</u> <u>dziedot augu”</u> |
| | <u>11.00 – 12.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u> | <u>13:00-15:00</u> <u>Dekupāža</u> <u>kopā ar Līnu</u> | | <u>11.00 – 12.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u> |
| <u>14:00 – 15:00</u> <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | <u>12.00 Ekskursija</u> <u>uz Rīgas domi</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>15:00 – 16:00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>12.30-14.30</u> <u>Flamenko/čigānu dejas</u> <u>un līnijdejas</u> |
| | <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt ģitāru</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | | <u>16.00</u> <u>Gleznošanas nodarbība</u> <u>ar Katrīnu</u> | <u>14:00 – 15:00</u> <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| | <u>17.00</u> <u>Meistarklase</u> | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> | | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> |
| | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |



| Pirmdien 13. janvāris | Otrdien 14. janvāris | Trešdien 15. janvāris | Ceturtdien 16. janvāris | Piektdien 17. janvāris |
|---|---|---|---|--|
| <u>10.00 – 11.00</u> <u>Rožukrona lūgšana</u> | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | <u>9.30-16.00</u> <u>Masāža</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>11.30 – 13.00</u> <u>Lasām Bībeli ar Ligitu</u> | <u>10.30 – 13.30</u> <u>Rokdarbi</u> <u>ar Initu Paožoli</u> | <u>11:00 – 12:00</u> <u>SVĒTBRĪDIS</u> <u>12:00 – 13:00</u> <u>Sarunas ar mācītāju</u> | <u>12:00 – 13.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Ar dziesmu pa dzīvi”</u> | <u>11:00 – 12:30</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Dziedot dzimu,</u> <u>dziedot augu”</u> |
| <u>11:00 – 13:00</u> <u>Mezģlošana</u> <u>Makrame</u> | | <u>13:00-15:00</u> <u>Apģērbu apgleznošana</u> <u>kopā ar Līnu</u> | | |
| <u>14:00 – 16:00</u> <u>Tamborēšana</u> <u>Adīšana</u> | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | |
| <u>15:00 – 16:00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>12.30-14.30</u> <u>Flamenko/čigānu dejas</u> <u>un līnijdejas</u> |
| | <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt ģitāru</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | | <u>16.00</u> <u>Gleznošanas nodarbība</u> <u>ar Katrīnu</u> | <u>14:00 – 15:00</u> <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> | <u>17.00</u> <u>Meistarklase</u> | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> | | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> |
| <u>9:00 - 16:00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |

| Pirmdien 20. janvāris | Otrdien 21. janvāris | Trešdien 22. janvāris | Ceturtdien 23. janvāris | Piektdien 24. janvāris |
|---|---|--|---|---|
| <u>10.00 – 11.00</u> <u>Rožukrona lūgšana</u> | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | <u>9:30-11.00</u> <u>Runājam angļiski</u> <u>(ar zināšanām)</u> | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | <u>9.30-16.00</u> <u>Masāža</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>11.30 – 13.00</u> <u>Lasām Bibli</u> | <u>10.30 – 13.30</u> <u>Rokdarbi</u> <u>ar Initu Paožoli</u> | <u>11:00 – 12:00</u> <u>SVĒTBĒRĪDIS</u> <u>12:00 – 13:00</u> <u>Sarunas ar mācītāju</u> | <u>12:00 – 13.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Ar dziesmu pa dzīvi”</u> | <u>11:00 – 12:30</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Dziedot dzimu,</u> <u>dziedot augu”</u> |
| <u>11.00 – 13.00</u> <u>Mezglošana</u> <u>Makrame</u> | | <u>13:00-15:00</u> <u>Dekupāža</u> <u>kopā ar Līnu</u> | | |
| <u>14.00 – 16.00</u> <u>Tamborēšana</u> <u>Adīšana</u> | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | <u>13.30-15.30</u> <u>Alfa kurss latviešu valodā</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</u> | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | <u>11.00 – 12.00</u> <u>Dejas meditācija</u> |
| <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>12.30-14.30</u> <u>Flamenko/čigānu dejas</u> <u>un līnijdejas</u> |
| | <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt ģitāru</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>16.00</u> <u>Gleznošanas nodarbība</u> <u>ar Katrīnu</u> | <u>14. 00 – 15.00</u> <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> | <u>17.00</u> <u>Meistarklase</u> | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> | | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> |
| <u>9:00 - 16:00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |

| Pirmdien 27. janvāris | Otrdien 28. janvāris | Trešdien 29. janvāris | Ceturtdien 30. janvāris | Piektdien 31. janvāris |
|---|---|---|---|---|
| <u>10.00 – 11.00</u> <u>Rožukrona lūgšana</u> | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | <u>9:30-11.00</u> <u>Runājam angļiski</u> <u>(ar zināšanām)</u> | <u>10.00 – 11.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Vingrojam lēnām”</u> | <u>9.30-16.00</u> <u>Masāža</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>11.00-14.00</u> <u>Humānā palīdzība</u> | <u>10.30 – 13.30</u> <u>Rokdarbi</u> <u>ar Initu Paožoli</u> | <u>11:00 – 12:00</u> <u>SVĒTBRĪDIS</u> <u>12:00 – 13:00</u> <u>Sarunas ar mācītāju</u> | <u>12:00 – 13.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Ar dziesmu pa dzīvi”</u> | <u>11:00 – 12:30</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Dziedot dzimu,</u> <u>dziedot augu”</u> |
| <u>11.30 – 13.00</u> <u>Lasām Bībeli</u> | <u>11.00 – 12.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u> | <u>13:00-15:00</u> <u>Apģērbu apgleznošana</u> <u>kopā ar Līnu</u> | | <u>11.00 – 12.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u> |
| <u>11:00 – 13:00</u> <u>Mezglošana</u> <u>Makrame</u> | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | <u>13.30-15.30</u> <u>Alfa kurss latviešu valodā</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</u> | <u>12.00-13.00 1.gr.</u> <u>Vingrošana</u> <u>13.00-14.00</u> <u>Nūjošana</u> <u>14.00-15.00 2.gr.</u> <u>Vingrošana</u> | <u>11.00 – 12.00</u> <u>Dejas meditācija</u> <u>12.30-14.30</u> <u>Flamenko/čigānu dejas</u> <u>un līnijdejas</u> |
| <u>14:00 – 16:00</u> <u>Tamborēšana</u> <u>Adīšana</u> | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>14:00 – 16:00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>14:00 – 15:00</u> <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |
| <u>15:00 – 16:00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>15.00-16:00</u> <u>SLAVĒŠANA</u> | | <u>16.00</u> <u>Gleznošanas nodarbība</u> <u>ar Katrīnu</u> | <u>12.00 – 15.00</u> <u>Sadraudzība</u> <u>“Paldies, ka Tu esi!”</u> |
| <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> | <u>17.00</u> <u>Meistarklase</u> | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> | | <u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u> |
| <u>9:00 - 16:00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> | <u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(pēc iepriekšēja pieraksta)</u> |