

Nedzirdīgo kopienas centra plāns: 03.03. – 31.03.2025

PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA	SESTDIENA
<p><b>3. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana 11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības – papīra māksla- pavasara ziedu sienas dekorācija 12:00 – 15:00 Novusa draugi 12:30 –13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei 18:30 – 20:30 LNS kora mēģinājums</p>	<p><b>4. marts</b> 9:00Brokastu tēja- kopienas sarunas brīvā gaisotnē •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – papīra māksla- pavasara ziedu sienas dekorācija 14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p><b>5. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 11:00 Kustību prieks 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības – papīra māksla- pavasara ziedu sienas dekorācija 12:00 – 15:30 Novusa draugi 16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><b>6. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – papīra māksla- pavasara ziedu sienas dekorācija 11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmiem patstāvīgi datora, planšetes lietošanu 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><b>7. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē 10:00 – 15:00 Radošās nodarbības – papīra māksla- pavasara ziedu sienas dekorācija 13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p><b>10. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana 11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana 11:00 – 16:00 Radošās nodarbības - rokdarbi- pārļošana, izšūšana ar pērlītēm 12:00 – 15:00 Novusa draugi 12:30 –13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei 18:30 – 20:30 LNS kora mēģinājums</p>	<p><b>11. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē •10:00–13:30Kulinārijas nodarbība 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības - rokdarbi- pārļošana, izšūšana ar pērlītēm 14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p><b>12. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 11:00 Kustību prieks 11:00 – 15:00 Radošās nodarbības - rokdarbi- pārļošana, izšūšana ar pērlītēm 12:00 – 15:30 Novusa draugi 16:00 – 17:30 Info diena 17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><b>13. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – vizuālā māksla – dažādas tehnikas izvēle un brīva tēma 11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmiem patstāvīgi datora, planšetes lietošanu 17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><b>14. marts</b> 9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē 10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē 10:00 – 12:00 Radošās nodarbības – vizuālā māksla – dažādas tehnikas izvēle un brīva tēma 13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	<p><b>15. marts</b> 10:00 – Ukrainu sadraudzības meistarklase – vareņiki (<u>obligāta pieteikšanās</u>) 15:00 Lekcija “Pārmaiņu laikos – no komunisma uz nacionālismu un daudzveidību” – nedzirdīgs lektors no Vācijas Björn Blumeier</p>

<p><b>17. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana  11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana  11:00 – 16:00 Radošās nodarbības -asemblāža – portrets no dažādiem priekšmetiem  12:00 – 15:00 Novusa draugi  12:30 –13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei  18:30 – 20:30 LNS kora mēģinājums</p>	<p><b>18. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība  10:00 – 16:00 Radošās nodarbības -asemblāža – portrets no dažādiem priekšmetiem  14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles  17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p><b>19. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  10:00 – 11:00 Kustību prieks  11:00 – 15:00 Radošās nodarbības -asemblāža – portrets no dažādiem priekšmetiem  12:00 – 15:30 Novusa draugi  16:00 – 17:30 Info diena  17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><b>20. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  10:00 – 16:00 Radošās nodarbības - rokdarbi-pērļošana, izšūšana ar pērļītēm  13:00 Ekskursija uz Latvijas universitātes pētniecības centru (<u>obligāta pieteikšanās</u>)  17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><b>21. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē  10:00-14:00 Vingrosim kopā- trenāžieru zālē  10:00 – 15:00 Radošās nodarbības- Radošās nodarbības - rokdarbi-pērļošana, izšūšana ar pērļītēm  13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p><b>24. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana  11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana  11:00 – 16:00 Radošās nodarbības -asemblāža – portrets no dažādiem priekšmetiem  12:30 –13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei  14:00 – 16:30 Novusa draugi  18:30 – 20:30 LNS kora mēģinājums</p>	<p><b>25. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  •10.00 – 13:30 Kulinārijas nodarbība  10:00 – 16:00 Radošās nodarbības -asemblāža – portrets no dažādiem priekšmetiem  14:30 -15:30 Brīvā laika nodarbība – galda spēles  17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīvu nodarbība</p>	<p><b>26. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  10:00 – 11:00 Kustību prieks  11:00 – 15:00 Radošās nodarbības -asemblāža – portrets no dažādiem priekšmetiem  12:00 – 15:30 Novusa draugi  16:00 – 17:30 Info diena  17:30 – 20:00 Vidējās paaudzes deju kolektīva nodarbība</p>	<p><b>27. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē  10:00 – 16:00 Radošās nodarbības – vizuālā māksla – dažādas tehnikas izvēle un brīva tēma  11:00 -13:00 Izglītojošā – atbalsta grupa – mācāmies patstāvīgi datora, planšetes lietošanu  17:30 – 20:00 Jauniešu paaudzes deju un teātra kolektīva nodarbība</p>	<p><b>28. marts</b>  9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas - brīvā gaisotnē  10:00 – 15:00 Radošās nodarbības – vizuālā māksla – dažādas tehnikas izvēle un brīva tēma  13:00 – 14:00 Interesu grupa “Trenējam atmiņu”</p>	
<p><b>31. marts</b></p>					

<p>9:00 Brokastu tēja – kopienas sarunas brīvā gaisotnē 10:30 - 11:15 Sporta draugi – Kaizen Gym – intensīva vingrošana 11:15 – 12:00 Sporta draugi – Kaizen Gym – mierīga vingrošana 11:00 – 16: Radošās nodarbības – vizuālā māksla – dažādas tehnikas izvēle un brīva tēma 12:30 –13:30Izglītojošā – atbalsta grupa jaunu prasmju apguvei 14:00 – 16:30 Novusa draugi 18:30 – 20:30 LNS kora mēģinājums</p>					
--	--	--	--	--	--

- Individuālās konsultācijas pie kopienas centra speciālistiem katru darba dienu.
- Veļas mazgāšanas pakalpojums pēc iepriekšējā pieraksta.
- Šūšanas darbnīcas izmantošana pēc iepriekšējā pieraksta.
- Informējam, ka aktivitāšu plāns darba gaitā var mainīties!