

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>17.martā 10.00 - 12.00 Biedrības "Vigor" mākslas darbnīca "Dzīves māksla".</p> <hr/> <p>11.00-17.00 Sociālā darbinieka konsultācijas. (Iepriekš pieteikties pa tālr. 26402390)</p> <hr/> <p>12.00-17.00 Fitnesa trenera bezmaksas konsultācijas. (Konsultē Rudīte Skroderēna, pieteikties pa tālr.29192852)</p> <hr/> <p>10.martā 13.30 Zīmēšana pamati kopā ar Intu Silanžu.</p> <hr/> <p>15.00 Veselības vingrošana ar Rudīti.</p> <hr/> <p>16.45. -17.45 Fitnesa nodarbība. (Pieteikties pa tālr. 29192852, Rudīte)</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 (individuālas un grupas). (Konsultē B. A.Kravalis, iepriekš pieteikties pa tālr.20000466)</p> <hr/> <p>18.00 Laulāto/pirmslaulību kurss.</p>	<p>26.martā 11.00-12.30 "Lasītāju klubiņš"*</p> <hr/> <p>"Senioru skolas" pasākumi* (Organizē "Latvijas senioru kopienu apvienība"):</p> <p>5.martā 12.00 12.martā 13.00 26.martā 13.00</p> <hr/> <p>13.00-15.00 Ģimenes konsultācijas pie Dzintras Bušmanes. (Iepriekš pierakstoties, tālr. 27024699)</p> <hr/> <p>12.martā 15.00 "Sociālo diskusiju un sarunu kluba" tikšanās.</p> <hr/> <p>15.00-16.00 Vingrošana muguras stiprināšanai ar Rudīti.</p> <hr/> <p>17.30 Fotostudija ar O.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>20.martā 11.00 Mūsdienu stikla izstādes "SLĀŅI" apmeklējums.*</p> <hr/> <p>12.00 Rīgas pensionāru savienības tikšanās.</p> <hr/> <p>14.00 -15.30 Krustvārdu mīklu pēcpusdiena! Vada I.Silanža.</p> <hr/> <p>13.00 -15.00 Dejas senioriem. Vada horeogrāfe Antra Zūkere.</p> <hr/> <p>13.un 27.martā 15.00 Dejas senioriem sēdus. Vada Antra Zūkere.</p> <hr/> <p>16.00 Nodarbība "Dziedāsim latviski un latgaliski". Vada Ilona Bogomola.</p> <hr/> <p>14.00 -18.00 Individuālas bezmaksas psihologa konsultācijas cilvēkiem ar invaliditāti (konsultē Saiva Luste). (Pieteikties pa tālr.26783847)</p> <hr/> <p>16.00- 19.00 Individuālas psihologa bezmaksas konsultācijas (konsultē Ingrīda Trups-Kalne). (Pieteikties, tālr. 29745440)</p> <hr/> <p>17.00 Poļu valoda kopā ar priesteri Karolu.</p> <hr/> <p>6.un 20.martā 18.00 Atbalsta grupa onkoloģijas pacientiem.</p>	<p>11.00 -12.00 Muzikālais rīts māmiņām ar bērniem. Vada Beāte Agneta, pieteikties pa tālr.26486257.</p> <hr/> <p>Vecmātes Baibas Stikutes konsultācijas, iepriekš piesakoties, pa tālr. 29247313 (2.stāvā).</p> <hr/> <p>12.00 Rokdarbu studija: (Pieteikties pa tālr.29651013): 7.martā - Tamborēšanas pamati. 14.martā - Pērļošana. 21.martā -Izšūšanas pamati ("Kā sākt -shēmas, krāsas utt.").</p> <hr/> <p>28.martā 12.00 Kulinārijas darbnīca*, iepriekš pieteikties pa tālr.20000466.</p> <hr/> <p>Biedrības "Vigor" nodarbības: 14. un 28.martā 13.00-14.00 Saskarsmes praktikums; 14. un 28.martā 14.30-16.00 Izziņas darbnīca "Resurss".</p> <hr/> <p>21.martā 16.00 Iekļaujošais teātris. (Organizē biedrība "Motus Vita")</p> <hr/> <p>Individuāla datorprasmju apguve ar Elinu (ieteikties pa tālr. 26050494)</p>

“SENIORU KLUBIŅŠ”

4.marts 13.00	11.marts 13.00	18.marts 13.00	25.marts 13.00
Gavēņa laiks – dvēseles mieram un skaidrībai! <i>Tikšanās ar bīskapu Andri Kravali.</i> Pirms gavēņa laika pankūku balle!	Mazās Ģildes sieviešu senioru kora “Sudrabortā gaisma” koncerts. Koncertmeistars: Jānis Švarebahs Diriģents: Ferijs Millers	Viesos Dr.Theol. Bartolomejs Sobierajskis – Sarunas par eņģeļiem! (2.daļa)	“Fotogrāfa stāsti” - tikšanās ar fotomākslinieku Daini Kārkluvalku.

BRĪVĀ LAIKA TELPA

- kopienas centra 2.stāvā ir pieejamas galda spēles, prāta spēles, datori, bibliotēka, kā arī iespēja baudīt tēju un tikties ar domu biedriem;
- kopienas centra pagrabstāvā var apmeklēt Sakrālo lietu muzeju un aktuālo izstādi.

JAUNUMI! *

- Ceturtdien, 20.martā 11.00 Baltijas mūsdienu stikla mākslas izstādes “SLĀŅI” apmeklējums Dekoratīvās mākslas un dizaina muzejā. *Dalību lūgums pieteikt zvanot pa tālr. 20000466 vai klātienē pie kopienas centra darbiniekiem. Ieejas maksa Eur 3.50. Tikšanās Skārņu ielā 10, plkst.10.50;*
- Trešdien, 26.martā 11.00-12.30 laipni aicināti uz otro “Lasītāju klubīņa” tikšanos: Sarunas par Daces Rukšānes-Ščipčinskas grāmatu “Krieva āda”, vada Dzintra Bušmane un Marija Kolneja.
- Trešdienās apmeklē “Senioru skolu”:
 5.martā plkst.12.00 LSKA Senioru skolas Atvērto durvju diena;
 26.martā plkst.13.00 Tikšanās ar Rīgas domes deputātu kandidātiem no JV.
- Ceturtdien, 13. un 27.martā plkst.15.00 Senioru dejas sēdus! Vada Antra Zūkere.
- Piekdien 28.martā plkst.12.00 Kulinārijas darbnīca kopā ar Vinetu! *(Lūgums iepriekš pieteikties pa tālr.29651013, jo vietu skaits ierobežots)*
- Vingrojam kopā! Fitnesa nodarbības kopā ar Ukrainas civiliedzīvotājiem. *(Pirmdienās plkst.18.00, Otrdienās un Ceturtdienā plkst. 19.00 Sestdienās plkst.12.00, vadītāja Olga)*

BRĪVPRĀTĪGAIS DARBS

Ja tev ir vēlme atbalstīt kopienas centra “Svētās Ģimenes Māja” apmeklētājus un dalīties savās prasmēs un pieredzē un aktīvi piedalīties kopienas centra aktivitāšu plānošanā un īstenošanā, aicinām klūt par mūsu centra brīvprātīgo!

Tu vari ar mums sazināties zvanot pa tālruni 20000466, vai uzrunāt Svētās Ģimenes Mājas darbiniekus tiekoties klātienē.

Kopienas centra pakalpojumus līdzfinansē Rīgas domes Labklājības departaments.

