



RĪGAS SOCIĀLĀ DIENESTA

Sociālā darba nodaļas Dienas centrs pilngadīgām personām "Kastanis", Aiviekstes iela 14



DARBA PLĀNS 2025.gada JŪLIJS

pirmdiena	otrdiena	trešdiena	ceturtdiena	piektdiena
	01.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Gleznošana 12.00- 16.30 Trenažieri	02.07. Centrs slēgts	03.07. Centrs slēgts	04.07. Centrs slēgts
07.07. Centrs slēgts 17.00 Ciguns	08.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Gleznošana 12.00- 16.30 Trenažieri	09.07. 11.00 apmeklējam Dekoratīvās mākslas un dizaina muzeju Ivetas Vecenānes gobelēnu izstāde Pļava pēc muzeja ekskursija pa Vecrīgu	10.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Adīšanas klubs 12.00- 16.30 Trenažieri	11.07. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu
14.07. 9.00 -14.00 datori patstāvīgi 12.00 - 16.30 trenažieri 16.00-16.45 atmiņas treniņš 17.00 Ciguns	15.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Gleznošana 12.00- 16.30 Trenažieri	16.07. 9.30 Braucām uz Ogri lūgums pieteikties līdz 14.07. tāl.67181895 Rita, vai klatienē Apļūkosim Ogres jaukumus un baudīsim gardumus	17.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Adīšanas klubs 12.00- 16.30 Trenažieri	18.07. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu
21.07. 9.00 -14.00 datori patstāvīgi 12.00 - 16.30 trenažieri 16.00-16.45 atmiņas treniņš 17.00 Ciguns	22.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Gleznošana 11.00 Cepsim maizi	23.07. 12.00 Maizes diena! Maizes degustācija Konkurss par maizes vēsturi sviestmaižu meistarklase 	24.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Adīšanas klubs 12.00- 16.30 Trenažieri	25.07. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu
28.07. 9.00 -14.00 datori patstāvīgi 12.00 - 16.30 trenažieri 16.00-16.45 atmiņas treniņš 17.00 Ciguns	29.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Gleznošana 12.00- 16.30 Trenažieri	30.07. 11.30 Braucām uz Jūrmalu uz Aspazijas māju un Jūrmalas muzēju	31.07. 9.00 - 14.00 Datori patstāvīgi 11.00 Vingrošana 11.00 Adīšanas klubs 12.00- 16.30 Trenažieri	

* skaidrojumi

Pirmdienās, otrdienās, trešdienās, ceturtdienās ir iespēja lietot datoru no plkst.9.00-13.00 Dienas centrā pieejami laikraksti, žurnāli, grāmatas un galda spēles

Ir iespēja saņemt sociālā darbinieka konsultāciju individuāli katru darba dienu no 15.00-17.00 Tālrunis : 67181895, e-pasts: rita.karpinska@riga.lv