

## OKTOBRIS 2025

| PIRMDIENĀS                                                                                                                                                                                                                            | OTRDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | TREŠDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CETURTDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                     | PIEKTDIENĀS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>13.30-14.30</b><br>CIENASTS – ZUPA<br>LĪDZŅEMŠANAI<br><br><b>13.00-14.00</b><br>ANĢĻU VALODA<br><br><b>14.00-15.00</b><br>LATVIEŠU VALODA<br>IESĀCĒJIEM<br><br><b>11.00-16.00</b><br>PSIHOLOGA<br>KONSULTĀCIJAS<br>(pēc pieraksta) | <b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODAS<br>NODARBĪBA<br>(A2 LĪMENIS)<br><br><b>11.00-12.00</b><br>SVĒTBRĪDIS UN<br>SADRAUDZĪBA (kalpo<br>luterāņu mācītājs)<br><br><b>13.00-14.00</b><br>KRISTĪGĀS<br>DAUDZSĒRIJU FILMAS<br>SKATĪŠANĀS<br><br><b>13.00-16.00</b><br>MASKĒŠANĀS TĪKLU<br>GATAVOŠANA UKRAIŅU<br>KARAVĪRIEM | <b>9.00-16.00</b><br>MASIERA<br>PAKALPOJUMS<br>(pēc iepriekšēja<br>pieraksta)<br><br><b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODA<br><br><b>10.00-11.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><br><b>11.00-12.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><br><b>12.00-14.00</b><br>RADOŠĀ DARBŅĪCA<br>(pēc pieraksta)<br><br><b>13.30-14.30</b><br>GALDA KOPĪBA –<br>ĒD VESELS;<br>ZUPA LĪDZŅEMŠANAI | <b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODAS<br>NODARBĪBA<br>(A1 LĪMENIS)<br><br><b>11.00-12.00</b><br>ANĢĻU VALODA<br><br><b>10.30-11.30</b><br>VINGROŠANA KOPĀ AR<br>FIZIOTERAPEITU<br><br><b>11.00-12.00</b><br>BĪBELES LASĪŠANAS<br>PULCIŅŠ<br><br><b>12.00-14.00</b><br>PSIHOLOĢISKĀ<br>NODARBĪBA | <b>9.00-16.00</b><br>MASIERA<br>PAKALPOJUMS<br>(pēc iepriekšēja<br>pieraksta)<br><br><b>10.00-11.00</b><br>LATVIEŠU VALODA<br><br><b>11.00-15.00</b><br>VIZUĀLĀS MĀKSLAS<br>NODARBĪBA<br><br><b>10.00-11.00</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><br><b>11.00-12.00 –</b><br>PAŠMASĀŽA UN<br>VINGROŠANA<br><br><b>13.30-14.30</b><br>CIENASTS-ZUPA<br>LĪDZŅEMŠANAI |

# AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: [paaudzes@diakonija.lv](mailto:paaudzes@diakonija.lv)

## PIEDĀVĀJAM KATRU DIENU:

|                                                          |                                                           |                                                        |                                                              |                                                                        |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>9.00-17.00 DUŠA</b><br>(PĒC IEPRIEKŠĒJA<br>PIERAKSTA) | PASTORĀLĀ<br>KONSULTANTA<br>INDIVIDUĀLAS<br>KONSULTĀCIJAS | SOCIĀLĀ<br>DARBINIEKA<br>INDIVIDUĀLAS<br>KONSULTĀCIJAS | <b>12.00-16.00</b><br><br>HUMĀNĀS<br>PALĪDZĪBAS<br>SAŅEMŠANA | <b>9.00-17.00</b><br><br>APMEKLĒTĀJIEM<br>ATVĒRTA BRĪVĀ<br>LAIKA TELPA |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|

**CITAS AKTIVITĀTES**

|                                                                                                                                   |                                                                                                             |                                                                                  |                                                                          |                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>1. UN 15. OKTOBRĪ<br/>PLKST. 12.00</b><br><br><b>PĒRLIŠU<br/>DARBNĪCA-<br/>ROTASLIETU<br/>IZGATAVOŠANA<br/>(pēc pieraksta)</b> | <b>7. OKTOBRĪ<br/>PLKST. 14.30</b><br><br><b>PĻAUJAS SVĒTKI</b>                                             | <b>9. OKTOBRĪ</b><br><br><b>SENIORU<br/>TĪKLOŠANĀS<br/>PASĀKUMS NVO<br/>NAMĀ</b> | <b>17. OKTOBRĪ<br/>PLKST. 14.00</b><br><br><b>SARUNAS PAR<br/>DZĪVI</b>  | <b>20. OKTOBRĪ</b><br><br><b>TALKA GAUJASLĪČOS</b>             |
| <b>22. OKTOBRĪ<br/>PLKST. 11.00</b><br><br><b>KULINĀRIJAS<br/>PULCIŅŠ</b>                                                         | <b>22. OKTOBRĪ<br/>PLKST. 12.00</b><br><br><b>ZIEPJU<br/>IZGATAVOŠANAS<br/>DARBNĪCA<br/>(pēc pieraksta)</b> | <b>24. OKTOBRĪ</b><br><br><b>EKSKURSIJA</b>                                      | <b>27. OKTOBRĪ<br/>PLKST. 12.00</b><br><br><b>KRISTĪGĀS<br/>DZIESMAS</b> | <b>31. OKTOBRĪ<br/>PLKST. 14.00</b><br><br><b>PRĀTA SPĒLES</b> |



# **AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"**

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: [paaudzes@diakonija.lv](mailto:paaudzes@diakonija.lv)