

Pirmdien 3. novembris	Otrdien 4. novembris	Trešdien 5. novembris	Ceturtdien 6. novembris	Piektdien 7. novembris
<u>9:15</u> <u>Lūgšana</u>	<u>9:30-10:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>1.grupa</u> <u>10:30-11:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>2.grupa</u>	<u>11:00-13:00</u> <u>Rokdarbi</u> <u>Adīšana/Tamborēšana</u>	<u>9:30-10:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>1.grupa</u> <u>10:30-11:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>2.grupa</u>	<u>9.30 – 11.00</u> <u>Teātra pulciņš</u>
<u>10.00-11.00</u> <u>Moderno</u> <u>kustību sports</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>9.30-16.00</u> <u>Masāža</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>11.00 – 12.00</u> <u>SVĒTBRĪDIS</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Sarunas ar mācītāju</u>	<u>11.00 – 12.00</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>Angļu valoda 1.gr (A1)</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Angļu valoda 2.gr (A2)</u>	<u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>13.00 – 14.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u>	<u>11.00 – 12.00</u> <u>Angļu valoda 1.gr (A1)</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Angļu valoda 2.gr (A2)</u>	<u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>13.00 – 14.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u>	<u>11.00 – 12.00</u> <u>Angļu valoda 1.gr (A1)</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Angļu valoda 2.gr (A2)</u>
<u>13.30 – 15.30</u> <u>Atbalsta grupa ukraiņiem</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>14.00-16.00</u> <u>Mākslas darbi</u> <u>pēc parauga</u>	<u>13.30 – 15.30</u> <u>Netradicionālie rokdarbi</u>	<u>14.30 – 16.00</u> <u>Dekupāža</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>11.00 – 13.00</u> <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> (ar iepriekšēju pierakstu)
<u>14.00 – 15.00</u> <u>Atbalsta grupa</u> <u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>17:00</u> <u>Meistarklase</u>	<u>14.00 – 16.00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>1.grupa</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>11.00 – 12.00</u> <u>Dejas meditācija</u> <u>kopā ar Diānu</u> <u>12.30-14.30</u> <u>Flamenko/čigānu dejas</u> <u>un līnijdejas</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>11:00-13:00</u> <u>Rokdarbi– Lentītes</u> <u>Atbalsts Ukrainai</u>	<u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u>
<u>9.00 – 16.00</u> <u>Vēlas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>9.00 – 16.00</u> <u>Vēlas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)		<u>9.00 – 16.00</u> <u>Vēlas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	<u>9.00 – 16.00</u> <u>Vēlas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)



Dienas centra MĒS

NODARBĪBU SARAKSTS

2025.gada 8.11.

tālr. 27876984; 26688762;

mes@diakonija.lv

Sestdien 8. novembris

9.30 – 11.00

Mācāties lietot

datoru/telefonu

(ar iepriekšēju pierakstu)

10.00-11.00

Moderno

kustību sports

(ar iepriekšēju pierakstu)

11.00 – 12.00

Angļu valoda 1.gr (A1)

12.00 – 13.00

Angļu valoda 2.gr (A2)

13.30 – 15.30

Atbalsta grupa ukrainiem

(ar iepriekšēju pierakstu)

15.00 – 16.00

Mācos spēlēt klavieres

(ar iepriekšēju pierakstu)

Pirmdien 10.novembris	Otrdien 11.novembris	Trešdien 12.novembris	Ceturtdien 13.novembris	Piektdien 14.novembris
9:15 <u>Lūgšana</u>	<u>9:30-10:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>1.grupa</u> <u>10:30-11:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>2.grupa</u>	11:00-13:00 <u>Rokdarbi</u> <u>Adišana/Tamborēšana</u>	<u>9:30-10:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>1.grupa</u> <u>10:30-11:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>2.grupa</u>	9.30 – 11.00 <u>Teātra pulciņš</u>
10.00-11.00 <u>Moderno</u> <u>kustību sports</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	9.30-16.00 <u>Masāža</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	11.00 – 12.00 <u>SVĒTBRIĀDIS</u> 12.00 – 13.00 <u>Sarunas ar mācītāju</u>	11.00 – 12.00 <u>Domubiedru grupa</u> “Ar dziesmu pa dzīvi”	11.00 – 12.30 <u>Domubiedru grupa</u> “Dziedot dzimu, dziedot augu”
<u>11.00 – 12.00</u> <u>Angļu valoda 1.gr (A1)</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Angļu valoda 2.gr (A2)</u>	<u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>13.00 – 14.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u>	<u>11.00 – 12.00</u> <u>Angļu valoda 1.gr (A1)</u> <u>12.00 – 13.00</u> <u>Angļu valoda 2.gr (A2)</u>	<u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>13.00 – 14.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u>	15:00 <u>Ekskursija</u>
<u>14.00 – 15.00</u> <u>Atbalsta grupa</u>	14:00-16.00 <u>Lāčplēša dienas</u> <u>pasākums</u>	<u>13.30 – 15.30</u> <u>Netradicionālie rokdarbi</u>	<u>14.30 – 16.00</u> <u>Apģērbu apgleznošana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	11.00 – 13.00 <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> (ar iepriekšēju pierakstu)
15.00 – 16.00 <u>Mācos spēlēt klavieres</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	15.30 – 16.30 <u>Mācos spēlēt klavieres</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	17:00 <u>Meistarklase</u>	14.00 – 16.00 <u>Kulinārijas nodarbība</u> “Gatavosim kopā!” <u>2.grupa</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	12.30-14.30 <u>Flamenco/čigānu dejas</u> <u>un līnijdejas</u>
14.00 – 15.00 <u>Galda kopība</u> “Ēd vesels!”		14.00 – 15.00 <u>Galda kopība</u> “Ēd vesels!”	<u>11:00-13:00</u> <u>Rokdarbi– Lentītes</u> <u>Atbalsts Ukrainai</u>	14.00 – 15.00 <u>Galda kopība</u> “Ēd vesels!”
9.00 - 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)		9.00 – 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)

Pirmdien 17.novembris	Otrdien 18.novembris	Trešdien 19.novembris	Ceturtdien 20.novembris	Piektdien 21.novembris
BRĪVDIENA	Latvijas Valsts svētki 	<u>11.00 – 12.00</u> SVĒTBRĪDIS <u>12.00 – 13.00</u> <u>Sarunas ar mācītāju</u>	<u>9:30-10:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>1.grupa</u> <u>10:30-11:30</u> <u>Angļu valoda iesācējiem</u> <u>2.grupa</u>	<u>9.30-16.00</u> <u>Masāža</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</u>
		<u>12:00-14:00</u> Latvijas Republikas proklamēšanas dienas pasākums	<u>11.00 – 12.00</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Ar dziesmu pa dzīvi”</u>	<u>9.30 – 11.00</u> <u>Mācāmies lietot</u> <u>datoru/telefonu</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</u>
		<u>15.00 – 16.00</u> <u>Mācos spēlēt klavieres</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</u>	<u>12.00 – 13.00</u> <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> <u>13.00 – 14.00</u> <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u>	<u>11.00 – 12.00</u> <u>Dejas meditācija</u> <u>kopā ar Diānu</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>11.00 – 12.30</u> <u>Domubiedru grupa</u> <u>“Dziedot dzimu,</u> <u>dziedot augu”</u>
		<u>13.30 – 15.30</u> <u>Netradicionālie rokdarbi</u> <u>17:00</u> Meistarklase	<u>14.00 – 16.00</u> <u>Kulinārijas nodarbība</u> <u>“Gatavosim kopā!”</u> <u>1.grupa</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</u>	<u>12.30-14.30</u> <u>Flamenko/čigānu dejas</u> <u>un līnijdejas</u>
		<u>14.00 – 15.00</u> <u>Galda kopība</u> <u>“Ēd vesels!”</u>	<u>1430 – 16.00</u> <u>Stikla apgleznošana</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</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>(ar iepriekšēju pierakstu)</u>	<u>9.00 – 16.00</u> <u>Velas mazgāšana</u> <u>(ar iepriekšēju pierakstu)</u>



Pirmdien 24.novembris	Otrdien 25.novembris	Trešdien 26.novembris	Ceturtdien 27.novembris	Piektdien 28.novembris
9:15 <u>Lūgšana</u>	9:30-10:30 <u>Angļu valoda iesācējiem</u> 1.grupa 10:30-11:30 <u>Angļu valoda iesācējiem</u> 2.grupa	11:00-13:00 <u>Rokdarbi</u> <u>Adīšana/Tamborēšana</u>	9:30-10:30 <u>Angļu valoda iesācējiem</u> 1.grupa 10:30-11:30 <u>Angļu valoda iesācējiem</u> 2.grupa	9.30-16.00 <u>Masāža</u> (ar iepriekšēju pierakstu)
11.00-14.00 <u>Humānā palīdzība</u>	9.30-16.00 <u>Masāža</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	11.00 – 12.00 <u>SVĒTBĪDIS</u> 12.00 – 13.00 <u>Sarunas ar mācītāju</u>	11.00 – 12.00 <u>Domubiedru grupa</u> “Ar dziesmu pa dzīvi”	9.30 – 11.00 <u>Mācāmies lietot datoru/telefonu</u> (ar iepriekšēju pierakstu)
11.00 – 12.00 <u>Angļu valoda 1.gr (A1)</u> 12.00 – 13.00 <u>Angļu valoda 2.gr (A2)</u>	12.00 – 13.00 <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> 13.00 – 14.00 <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u>	11.00 – 12.00 <u>Angļu valoda 1.gr (A1)</u> 12.00 – 13.00 <u>Angļu valoda 2.gr (A2)</u>	12.00 – 13.00 <u>Mācos runāt latviski 1.gr</u> 13.00 – 14.00 <u>Mācos runāt latviski 2.gr</u>	12.30-14.30 <u>Flamenco/čigānu dejas un līnidejas</u>
14.00 – 15.00 <u>Atbalsta grupa</u> 13.30 – 15.30 <u>Atbalsta grupa ukraiņiem</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	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>	13.30 – 15.30 <u>Netradicionālie rokdarbi</u> 17:00 <u>Meistarklase</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>	11.00 – 12.30 <u>Domubiedru grupa</u> “Dziedot dzimu, dziedot augu”
15.00 – 16.00 <u>Mācos spēlēt klavieres</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	14.00-16.00 <u>Mākslas darbi pēc parauga</u>	15.00 – 16.00 <u>Mācos spēlēt klavieres</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	14.00 – 16.00 <u>Kulinārijas nodarbība</u> “Gatavosim kopā!” 2.grupa (ar iepriekšēju pierakstu)	13:00 -15:00 <u>Sadraudzība</u> <u>“Paldies, ka Tu esi!”</u>
14.00 – 15.00 <u>Galda kopība</u> “Ēd vesels!”	15:00-16:00 <u>SLAVĒŠANA</u>	14.00 – 15.00 <u>Galda kopība</u> “Ēd vesels!”	14.30 – 16.00 <u>Izdzedzināšana uz koka</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	14.00 – 15.00 <u>Galda kopība</u> “Ēd vesels!”
9.00 – 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)		9.00 – 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 <u>Velas mazgāšana</u> (ar iepriekšēju pierakstu)