



RĪGAS SOCIĀLĀ DIENESTA
Sociālā darba nodaļas Dienas centrs pilngadīgām personām "Kastanis", Aiviekstes iela 14
DARBA PLĀNS 2026.gada MARTS



pirmdiena	otrdiena	trešdiena	ceturtdiena	piektdiena
02.03. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 12.00 dziedāsim angļiski 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Rokdarbi, pārdošana 14.00 Linijdejas 16.00 Prāta treniņa nodarbības	03.03. 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana 12.00 Angļu valoda 13.00 Angļu valoda 15.00-16.00 datori patstāvīgi 15.00-16.30 brīvais apmeklējums	04.03. 9.00-14.00 trenāžieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 10.00-11.30 grupa Prasme sevi prezentēt, kā runāt, lai tevi sadzird un saprot. Prasme klausīties un saklausīt! 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Līnijdejas	05.03. 9.00-14.00 trenāžieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 13.30 latviešu valodas klubīnš	06.03. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu 12.30 Lasīsim latviski
09.03. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 12.00 dziedāsim angļiski 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 kulinārijas nodarbības 14.00 Linijdejas 16.00 Prāta treniņa nodarbības	10.03. 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana 12.00 Angļu valoda 13.00 Angļu valoda 14.00 Gatavojamies svinībām!	11.03. 13.00 Dzimšanas dienas ballīte! 	12.03. 9.00-14.00 trenāžieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 13.30 latviešu valodas klubīnš	13.03. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu 12.30 Lasīsim latviski 
16.03. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstāvīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Rokdarbi 14.00 Linijdejas 16.00 Prāta treniņa nodarbības	17.03. 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana 12.00 Angļu valoda 13.00 Angļu valoda 15.00-16.00 datori patstāvīgi 15.00-16.30 brīvais apmeklējums	18.03. 9.00-14.00 trenāžieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 10.00-11.30 grupa Prasme sevi prezentēt, kā runāt, lai tevi sadzird un saprot. Prasme klausīties un saklausīt! 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 M.Čaklais "Es esmu bagāts" Uzstājas teātra grupa "Saulespuķes"	19.03. 9.00-14.00 trenāžieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 13.30 latviešu valodas klubīnš 13.00 Dzintra Geka Zaudēto gadu atmiņas	20.03. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu 12.30 Lasīsim latviski
23.03. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstāvīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Rokdarbi 14.00 Linijdejas 16.00 Prāta treniņa nodarbības	24.03. 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana 12.00 Pavasara darbnīca!!!! 12.00-14.00 Angļu valoda 15.00-16.00 datori patstāvīgi 15.00-16.30 brīvais apmeklējums	25.03. 9.00-14.00 trenāžieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 10.00-11.30 grupa Prasme sevi prezentēt, kā runāt, lai tevi sadzird un saprot. Prasme klausīties un saklausīt! 12.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Līnijdejas 	26.03. 9.00-14.00 trenāžieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 13.30 latviešu valodas klubīnš	27.03. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu 12.30 Lasīsim latviski
30.03. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstāvīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Rokdarbi 14.00 Linijdejas 16.00 Prāta treniņa nodarbības	31.03. 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana 12.00 Angļu valoda 13.00 Angļu valoda 13.00 Edvarda Šmite par mākslu			

Dienas centrā pieejami laikraksti, žurnāli, grāmatas un galda spēles

Ir iespēja saņemt sociāla darbinieka konsultāciju individuāli katru darba dienu no 15.00-16.00 Tālrunis : 67181895, e-pasts: rita.karpinska@riga.lv