

LNB Strazdumuižas Dienas centrs

Darba plāns

Marts 2026.gads

Pirmdienas

9.00-13.00 – Individuālie pakalpojumi (lasīt, rakstīt, kopēt, interneta pakalpojumi- klientam nepieciešamās informācijas atrašana interneta portālos, maksājumi, iesniegumi, deklarācijas u.tml.) - konsultācijas sociālos, sadzīves u.tml. jautājumos

8.00- 16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

13.00-14.30 – Prāta spēle

Otrdienas

9.00-13.00 – Individuālie pakalpojumi (lasīt, rakstīt, kopēt, interneta pakalpojumi- klientam nepieciešamās informācijas atrašana interneta portālos, maksājumi, iesniegumi, deklarācijas u.tml.) - konsultācijas sociālos, sadzīves u.tml. jautājumos

08.00-16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

10.00-12.00 – Atveseļojoša vingrošana – Cigun ķermenim, prātam un labsajūtai

10.00-12.00 – Ārstnieciskā vingrošana fizioterapeites vadībā

12.00-14.00 – Sociālā darbinieka konsultācijas, palīdzība sociālo jautājumu risināšanā

13.00-14.30 – Muzikālie pasākumi (skaņdarbu klausīšanās un sarunas par mūziku).

Trešdienas

9.00-13.00 – Individuālie pakalpojumi (lasīt, rakstīt, kopēt, interneta pakalpojumi- klientam nepieciešamās informācijas atrašana interneta portālos, maksājumi, iesniegumi, deklarācijas u.tml.) - konsultācijas sociālos, sadzīves u.tml. jautājumos

8.00-16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

10.00 - 12.00 – Rokdarbi -tapošanas nodarbības

10.00-13.00 – Apģērbu sīkais remonts (arī pasūtījumu pieņemšana) individuāli

14.00-15.30 – Konsultācijas (un praktiskā palīdzība) datoru, viedtālrunu un tehnisko palīglīdzekļu lietošanas jautājumos.

12.03.2026.

-kinofilma ar audio komentāriem

18.03.2026.

-Rīgas jaunumu un plānoto pasākumu apskats

26.03.2026.

-kinofilma ar audio komentāriem

Ceturtdienas

9.00-13.00 – Individuālie pakalpojumi (lasīt, rakstīt, kopēt, interneta pakalpojumi- klientam nepieciešamās informācijas atrašana interneta portālos, maksājumi, iesniegumi, deklarācijas u.tml.) - konsultācijas sociālos, sadzīves u.tml. jautājumos

8.00-16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

10.00-12.00 – Atveseļojoša vingrošana – Cigun ķermenim, prātam un labsajūtai

10.00-12.00 – Ārstnieciskā vingrošana fizioterapeites vadībā

12.00-14.00 – Sociālā darbinieka konsultācijas, palīdzība sociālo jautājumu risināšanā

Piektdienas

8.00-16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

10.00-13.00 – Apģērbu sīkais remonts (individuāli)

13.00-14.00 – Klientiem vajadzīgās informācijas izdrukāšana Braila rakstā

13.00-14.30

Lasīšanas pulciņa nodarbība

Grāmatas lasīšana un apspriešana

14.00- 15.00 – Individuālās nodarbības datorapmācībā un tehniskās ekspluatācijas jautājumi arī attālināti

15.00-16.00 - Individuālās nodarbības par datoru un viedtālrunu lietošanas jautājumiem.

Dienas centra vadītājs

P.Locāns