

KOPIENAS CENTRA “SVĒTĀS ĢIMENES MĀJA” AKTIVITĀŠU PLĀNS 2026. GADA APRĪLĪ

Kopienas centra vadītāja Inese Švekle
Klientu apkalpošanas speciālisti: Vineta Caune un Inta Silanža
Sociālā darbiniece: Inga Lukašinska
Adrese: Vecrīgā, Klostera iela 5 un 7

Kontaktinformācija: tālr.20000466, e-pasts: gimenesmaja@gmail.com; www.svgimenesmaja.lv; <https://www.facebook.com/gimenes.maja>

Pirmdiena 11-19.00	Otrdiena 9-17.00	Trešdiena 11-19.00	Ceturtdiena 11-19.00	Piektdiena 9-17.00
11.00-19.00 Sociālā darbinieka konsultācijas. 12.00-17.00 Fitnesa trenera bezmaksas konsultācijas. (Konsultē Rudīte Skroderēna, pieteikties pa tālr.29192852) Radošas nodarbības: 13.aprīlī 13.00 Zīmēšana kopā ar Intu! 27.aprīlī 13.00 Radoša un izzinoša nodarbība “Krāsu daba” kopā ar Ingu (Zilā) 15.00 Veselības vingrošana ar Rudīti. 16.20 Nodarbība “Dziedāsim latviski un latgaliski”. Vada Ilona Bogomola. 17.00 -18.00 Spēka izturības nodarbība. (Pieteikties pa tālr. 29192852, Rudīte)	12.00 Nodarbība grūtniecēm. 2.stāvā. (Iepriekš pierakstoties, pa tālr. 29247313) Vecmātes Baibas Stikutes konsultācijas. (Pieteikties pa tālr. 29247313) 13.00-14.30 Senioru klubiņš: “Dzīve sākas pēc 60” (Vairāk skat. sadaļā “Senioru klubiņš”) 17.00 Pastorālās konsultācijas (individuālas un grupas). (Konsultē B. A.Kravalis, iepriekš pieteikties pa tālr.20000466) 7.aprīlī 18.00 Pirmslulību kursa izlaidums 18.00 Lūgšanu grupa.	29.aprīlī 11.15 Lasītāju klubiņš.* 13.00 “Senioru skolas” nodarbības* (Organizē “Latvijas senioru kopienu apvienība”) 13.00-15.00 Ģimenes konsultācijas pie Dzintras Bušmanes. (Iepriekš pierakstoties, tālr. 27024699) 15.30-16.30 Vingrošana muguras stiprināšanai ar Rudīti. 17.30 fotokurss “Fotografēšana ar mobilo tālruni”. Vadītājs - Ojārs Jansons. 16.00- 19.00 Individuālas psihologa bezmaksas konsultācijas (konsultē Ingrīda Trups-Kalne), iepriekš pierakstoties, tālr. 29745440. 17.00-19.00 Sociālā darbinieka konsultācijas. (Iepriekš pieteikties pa tālr. 26402390) 18.45 Flamenko dejas ar Aiju.	9.aprīlī 12.00 Iepazīstam mākslīgo intelektu! (Nodarbība Latvijas Nacionālajā bibliotēkā) 12.00 Rīgas pensionāru savienības tikšanās. 14.00 -15.30 Krustvārdu mīklu pēcpusdiena! Vada I.Silanža. 30.aprīlī 14.00-16.00 “Sociālo diskusiju un sarunu kluba” tikšanās. (2.stāvā) 13.00 -15.00 Dejas senioriem. Vada horeogrāfe Antra Zūkere 23.aprīlī 15.00 -16.00 Senioru dejas sēdus. Vada horeogrāfe Antra Zūkere. 16.00 Angļu sarunvalodas klubiņš. 17.00 -18.00 Poļu valodas nodarbība kopā ar Karolu Buzieviču (ar priekšzināšanām). 16.00- 19.00 Individuālas psihologa bezmaksas konsultācijas (konsultē Ingrīda Trups-Kalne). (Pieteikties, tālr. 29745440) 18.00 Atbalsta grupas nodarbība onkoloģijas pacientiem.	11.00 -12.00 Vecmātes Baibas Stikutes konsultācijas, iepriekš piesakoties, pa tālr. 29247313 (2.stāvā). 10.00 Vingrošana ar Dinu 17.aprīlī 12.00 Ģimenes Mājas talka (pēc talkas – kopīga tējošana) 24.aprīlī 12.00 Kognitīvo spēļu nodarbība prāta treniņam! (Iepriekš pieteikties pa tālr.20000466) 12.00 Rokdarbu studija: 10.aprīlī - Šujam dekoratīvās spilvendrānas ar Intu. 17.aprīlī - Rotu studija: “Pavasara ziedu rotu darināšana.” 24. aprīlī – Kulinārijas meistarklase. Biedrības “Vigor” nodarbības: 10. aprīlī 13.00-14.00 Saskarsmes praktikums; 14.30-16.00 Izziņas darbnīca “Resurss”.

“SENIORU KLUBIŅŠ”

7.APRĪLIS 13.00	14.APRĪLIS 13.00	21.APRĪLIS 13.00	28.APRĪLIS 13.00
Lieldienu svinības ! Svētku viesis - mākslinieks Ainārs Ašaks. <i>Līdzī ņemam gardumus - draugiem un sev ☺</i>	Dzejas pēcpusdiena kopā ar dzejnieci Rasmu Urtāni.	Viesos priesteris Aivars Līcis: “Sarunas par aprīļa mēneša svētajiem.”	Tikšanās ar fotogrāfu Valdi Celmu.

BRĪVĀ LAIKA TELPA

- Kopienas centra 2.stāvā ir pieejamas galda spēles, prāta spēles, datori, bibliotēka, kā arī iespēja baudīt tēju un tikties ar domu biedriem;
- Kopienas centra pagrabstāvā var apmeklēt Sakrālo lietu muzeju un aktuālo izstādi.

JAUNUMI! *

- Ceturtdien 9.aprīlī plkst.12.00 Nacionālajā bibliotēkā – nodarbība pie datora “Mūsdienīga kompetenču apguve: Kā mākslīgais intelekts palīdz apgūt jauno”. Nodarbību vada: Ginta Lokmane. Pieteikties pie Dzintras Bušmanes.
- Trešdien, 29.aprīlī 11.15-12.30 laipni aicināti piedalīties “Lasītāju klubiņā”. Grāmatas par ceļojumiem. Kluba vadītājas: Dzintra Bušmane un Janīna Strobe.
- Trešdienās plkst. 13.00 “Senioru skolas” nodarbības sadarbībā ar Latvijas senioru kopienu apvienību. Aprīļa nodarbību tēmas:
 1.aprīlī 13.00 - Mājokļa pabalsta iespējas Rīgā;
 8.aprīlī 13.00 -Tikšanās ar partiju pārstāvjiem;
 15.aprīlī 13.00 - Civilās aizsardzības nodarbība;
 22.aprīlī 13.00 - Kas ir mākslīgais intelekts?
 29.aprīlī 12.30 - Tikšanās ar Labklājības ministru Reini Uzulnieku.
- Piektdienās - individuāla datorprasmju apguve ar Elīnu (iepriekš pieteikties pa tālr. 26050494).

KLŪSTI PAR KOPIENAS CENTRA BRĪVPRĀTĪGO! Ja tev ir vēlme aktīvi iesaistīties kopienas centra “Svētās Ģimenes Māja” aktivitāšu plānošanā un īstenošanā un dalīties savās prasmēs, pieredzē un zināšanās, aicinām kļūt par mūsu centra brīvprātīgo!

Tu vari ar mums sazināties zvanot pa tālruni 20000466, vai uzrunāt Svētās Ģimenes Mājas darbiniekus tiekoties klātienē.

Kopienas centra pakalpojumus līdzfinansē Rīgas domes Labklājības departaments.



**RĪGAS DOMES
LABKLĀJĪBAS
DEPARTAMENTS**