

# **LNB Strazdumuižas Dienas centrs**

## **Darba plāns**

### **Jūnijs 2026.gads**

#### **Pirmdienas ( izņemot 22.06.2026.- darba diena 27.06.2026)**

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**

**(Izņemot 23.06.2026.g.)**

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

9.30 -11.30 – Atveseļojoša vingrošana – Cigun ķermenim, prātam un labsajūtai, grupās un individuāli

10.00-12.00 – Ārstnieciskā vingrošana fizioterapeites vadībā, grupās un individuāli

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

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

## **Trešdienas**

**( Izņemot 24.06.2026.g.)**

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.

## **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

9.30 -11.30 – Atveseļojoša vingrošana – Cigun ķermenim, prātam un labsajūtai, grupās un individuāli

10.00-12.00 – Ārstnieciskā vingrošana fizioterapeites vadībā, grupās un individuāli

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

**11.06.2026.**

13.00-14.30

Kinofilma ar audio komentāriem

**18.06.2026.**

13.00-14.30

Tikšanās ar Alisi Vorslovu

**25.06.2026.**

13.00-14.30

# Kaspara Riekstiņa stāstījums par redzēto un piedzīvoto Anglijā

## **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

Grāmatu vai preses izdevuma aktuālu rakstu 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 sociālais rehabilitētājs

P.Locāns