

LNB Strazdumuižas Dienas centrs

Darba plāns

Septembris 2026.gads

Pirmdienas

8.00- 16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

10.00-12,00 – Ārstnieciskā vingrošana fizioterapeites vadībā,
grupās un individuāli

13.00-14.30 – Prāta spēle

Otrdienas

08.00-16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

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

12.00-14.00 – Individuālie pakalpojumi -lasīt, rakstīt, kopēt, interneta pakalpojumi- klientam nepieciešamās informācijas atrašana interneta portālos, maksājumi, iesniegumi, deklarācijas u.tml. Sociālā darbinieka konsultācijas, palīdzība sociālo jautājumu risināšanā

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

Trešdienas

8.00-16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

10.00 - 12.00 – Rokdarbi -tapošanas nodarbības

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

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

Ceturtdienas

8.00-16.00 – Individuālās nodarbības sporta zālē

12.00-14.00 – Individuālie pakalpojumi -lasīt, rakstīt, kopēt, interneta pakalpojumi- klientam nepieciešamās informācijas atrašana interneta portālos, maksājumi, iesniegumi, Sociālā darbinieka konsultācijas- palīdzība sociālo jautājumu risināšanā.

03.09.2006. 13.00

- 14.30 Informācija par plānotajiem kultūras, sporta un citiem pasākumiem, kas septembrī aktuāli cilvēkiem ar redzes problēmām

17.09.2026. 13.00 – 14.30 Filma ar audio komentāriem.

Piektdienas

8.00-16.00 –Individuālās nodarbības sporta zālē

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

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