



AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: paaudzes@diakonija.lv

SEPTEMBRIS 2026

PIRMDIENĀS	OTRDIENĀS	TREŠDIENĀS	CETURTDIENĀS	PIEKTDIENĀS
13.00-14.00 CIENASTS – ZUPA LĪDZŅEMŠANAI 13.00-16.00 MASKĒŠANĀS TĪKLU GATAVOŠANA UKRAIŅU KARAVĪRIEM	11.00-12.00 SVĒTBRĪDIS UN SADRAUDZĪBA (kalpo luterāņu mācītājs) 14.00-16.00 IZŠŪŠANAS MEISTARKLASE	9.00-16.00 MASIERA PAKALPOJUMS (pēc iepriekšēja pieraksta) 10.00-12.00 PAŠMASĀŽA UN VINGROŠANA 10.00-11.00 PAŠMASĀŽA UN VINGROŠANA 12.00-14.00 RADOŠĀ DARBNĪCA (pēc pieraksta) 13.00-14.00 GALDA KOPIĒBA – ĒD VESELS; ZUPA LĪDZŅEMŠANAI 14.00-16.00 NOVUSA KLUBIŅŠ	10.00-11.00 VINGROŠANA KOPĀ AR FIZIOTERAPEITU 11.00-12.00 VINGROŠANA KOPĀ AR FIZIOTERAPEITU 11.00-12.00 BĪBELES LASĪŠANAS PULCIŅŠ 12.00-14.00 RADOŠĀ DARBNĪCA (pēc pieraksta) 14.00-16.00 MĀKSLINIECISKĀ ZĪMĒŠANA	9.00-16.00 MASIERA PAKALPOJUMS (pēc iepriekšēja pieraksta) 10.00-12.00 PAŠMASĀŽA UN VINGROŠANA 11.00-15.00 VIZUĀLĀS MĀKSLAS NODARBĪBA 10.00-11.00 PAŠMASĀŽA UN VINGROŠANA 13.00-14.00 CIENASTS-ZUPA LĪDZŅEMŠANAI



AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: paaudzes@diakonija.lv

PIEDĀVĀJAM KATRU DIENU:

9.00-17.00 DUŠA

(PĒC IEPRIEKŠĒJA
PIERAKSTA)

PASTORĀLĀ
KONSULTANTA
INDIVIDUĀLAS
KONSULTĀCIJAS

SOCIĀLĀ
DARBINIEKA
INDIVIDUĀLAS
KONSULTĀCIJAS

12.00-16.00

HUMĀNĀS
PALĪDZĪBAS
SAŅEMŠANA

9.00-17.00

APMEKLĒTĀJIEM
ATVĒRTA BRĪVĀ
LAIKA TELPA



AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: paaudzes@diakonija.lv

CITAS AKTIVITĀTES

4., 11.,18.,25. SEPTEMBRI PLKST.14.30	7.,14.,21.,28. SEPTEMBRI PLKST. 16.00	3.,10.,17.,24. SEPTEMBRI PLKST. 12.00	7. SEPTEMBRI PLKST. 14.00	10.SEPTEMBRI PLKST. 10.30
NODARBĪBA AR DEJU UN KUSTĪBU ELEMENTIEM (PĒC PIERAKSTA)	ZUMBA AR FITNESA ELEMENTIEM (PĒC PIERAKSTA)	PĒRĻOŠANAS DARBNĪCA (pēc pieraksta)	KULINĀRIJAS PULCIŅŠ AR ANTONINU	Uztura meistarklase ar agritu
9.,30. SEPTEMBRI PLKST.12.00	16. SEPTEMBRI PLKST. 13.15	2.,16.,23.,30. SEPTEMBRI PLKST. 17.00	23. SEPTEMBRI PLKST. 11.00	1.,8.,15.,22.,29.SEPTEMBRI PLKST.18.00-19.00
ZIEPJU DARBNĪCA (PĒC PIERAKSTA)	SARUNAS PAR DZĪVI	MĀMIŅU KLUBS	KULINĀRIJAS PULCIŅŠ AR INĀRU	RADOŠĀS NODARBĪBAS AR IRU



AKTIVITĀŠU PROGRAMMA KOPIENAS CENTRĀ "PAAUDZES"

Ūnijas iela 49, Rīga, tālr. 26596746, e-pasts: paaudzes@diakonija.lv

AKTUĀLI:

9.SEPTEMBRIĒ PL.10.00 PAAUDZES KOPIENAS CENTRA PREZENTĀCIJA TEIKAS IEDZĪVOTĀJU FORUMĀ.

11. SEPTEMBRIĒ PL.11.00 -14.00 EKSPRESTESTS GLIKOZES UN HOLESTERĪNA NOTEIKŠANAI.

2.,23. SEPTEMBRIĒ PL.11.00 PAREIZTICĪGO SVĒTBĒRĪDIS AR T.VALENTĪNU

18. SEPTEMBRIĒ EKSKURSIJA

28.SEPTEMBRIĒ PL.12.00 KRISTĪGĀS DZIESMAS