RĪGAS SOCIĀLĀ DIENESTA

Juridiskā un saimnieciskā nodrošinājuma nodaļas Dienas centrs pilngadīgām personām "Kastanis",Aiviekstes iela 14

DARBA PLĀNS 2026.gada NOVEMBRIS

pirmdiena	otrdiena	trešdiena	ceturtdiena	piektdiena
02.11 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstavīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Linijdejas 15.00 Prāta treniņa nodarbības	03.11 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana **12.00 Mana akna un hepatīts** 12.00-13.00 Angļu valoda 13.00-14.00 Angļu valoda	04.11. 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 10.00 Ciguns 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda **15.00 Ekskursija uz Melngalvju namu** **Biļetes cena 6eur**	05.11. 9.00-14.00 trenažieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 latviešu valodas klubiņš	06.11. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu
09.11. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstavīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Linijdejas 15.00 Prāta treniņa nodarbības	10.11. 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana 12.00-13.00 Angļu valoda 13.00-14.00 Angļu valoda **12.30 Uzturs sirds un asinsvadu slimību profilakse**	11.11. 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 10.00 Ciguns 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda 14.00 Linijdejas 15.00 Filmu pēcpusdiena. *Latvijas Hronika!*	12.11. 9.00-14.00 trenažieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 latviešu valodas klubiņš	13.11. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu **12.30 Lasīsim latviski**
16.11. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstavīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Linijdejas 15.00 Prāta treniņa nodarbības	17.11. 11.00 Vingrošana **13.00 Latvijas Republikas Dzimšanas dienai veltīts pasākums**	18.11. **Latvijas Republikas Proklamēšanas svētki!**	19.11 9.00-14.00 trenažieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . **13.00 Kā parūpēties par savu atmiņu un smadzenēm** 14.00 latviešu valodas klubiņš	20.11 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu **12.30 Lasīsim latviski**
23.11 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstavīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Linijdejas 15.00 Prāta treniņa nodarbības	24.11. 10.00 Vizuālās mākslas pulciņš 11.00 Gleznošana (grupa pilna) 11.00 Vingrošana 12.00-13.00 Angļu valoda 13.00-14.00 Angļu valoda **14.00 Radoša darbnīca** Ziemas dekori ar Ingu	25.11. 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 10.00 Ciguns 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda 14.00 Linijdejas **14.00 Pērļošana**	26.11. 9.00-14.00 trenažieri 9.00-16.00 brīvais apmeklējums 11.00 Vingrošana 11.00 adīšana klubs 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 latviešu valodas klubiņš	27.11. 9.00-12.00 Darbinieku metodiskais darbs. 11.30. vingrošana ar fizioterapeitu **12.30 Lasīsim latviski**
30.11. 9.00-14.00 brīvais apmeklējums 9.00-14.00 datori patstavīgi 12.00-13.00 Angļu valoda . 13.00-14.00 Angļu valoda . 14.00 Linijdejas 15.00 Prāta treniņa nodarbības				

*** skaidrojumi**

Lūgums ierodoties dienas centrā pierakstīties žurnālā, rīkoties atbildīgi, ievērojot iekšējos noteikumus un sekot sociālā darbinieka noradijumiem.

Dienas centrā pieejami laikraksti, žurnāli, grāmatas un galda spēles

Tālrunis : 67181895 , e-pasts: rita.karpinska@riga.lv vecākais sociālais darbinieks Rita Karpinska