



Программа работы Dienas centrs "Paaudzes" для Украинцев

<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i> <i>1 октября</i>	<i>Пятница</i> <i>2 октября</i>
			10.00-11.00 Гимнастика с физиотерапевтом I группа 11.00-12.00 Гимнастика с физиотерапевтом II группа 14.00-17.00 Празднование Международного дня сеньоров (будут танцы, угощения, фотосессия и подарки) 14.00-16.00 Индивидуальная помощь в решении цифровых и повседневных административных вопросов	9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 12.00-15.00 Совместные экскурсии 14.30-16.30 Гимнастика с элементами танцев
<i>5 октября</i> 9.30-13.00 Супервизия для сотрудников Центра 10.00-16.00 Гуманитарная помощь с консультантом 14.00-15.00 Урок латышского языка для начинающих 14.00-15.00 Хор 16.00-17.00 Zumba -танцевальная гимнастика 18.00-19.00 Творческие занятия	<i>6 октября</i> 12.00-13.30 Группа поддержки (теплые встречи за чашкой чая, разговоры и поддержка) 14.00-16.00 Праздник урожая (будет концерт, молитва и угощения)	<i>7 октября</i> 9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 11.00-12.00 Встреча с православным пастырем 12.00-14.00 Творческий мастер-класс 14.00-16.00 Мамин клуб	<i>8 октября</i> 10.00-11.00 Гимнастика с физиотерапевтом I группа 11.00-12.00 Гимнастика с физиотерапевтом II группа 11.00-14.00 День сеньоров в NVO pams 14.00-16.00 Индивидуальная помощь в решении цифровых и повседневных административных вопросов	<i>9 октября</i> 9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 11.00-15.00 Занятие по живописи 12.00-15.00 Совместные экскурсии 14.30-16.30 Гимнастика с элементами танцев
<i>12 октября</i> 10.00-16.00 День субботника и благоустройства Центра 10.00-16.00 Гуманитарная помощь с консультантом 14.00-15.00 Урок латышского языка для начинающих 14.00-15.00 Хор 16.00-17.00 Zumba -танцевальная гимнастика 18.00-19.00 Творческие занятия	<i>13 октября</i> 10.00-16.00 День субботника и благоустройства Центра 12.00-14.00 Группа поддержки (теплые встречи за чашкой чая, разговоры и поддержка) 14.00-16.00 Мастер-класс по вышиванию	<i>14 октября</i> 10.00-16.00 День субботника и благоустройства Центра 9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 12.00-14.00 Творческий мастер-класс 14.00-16.00 Мамин клуб	<i>15 октября</i> 10.00-11.00 Гимнастика с физиотерапевтом I группа 11.00-12.00 Гимнастика с физиотерапевтом II группа 10.00-12.00 Кулинарное занятие «Готовим с душой» 14.00-16.00 Индивидуальная помощь в решении цифровых и повседневных административных вопросов	<i>16 октября</i> 9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 11.00-15.00 Занятие по живописи 12.00-15.00 Совместные экскурсии 14.30-16.30 Гимнастика с элементами танцев



Программа работы Dienas centrs “Paaudzes” для Украинцев

<i>Понедельник</i> <i>19 октября</i>	<i>Вторник</i> <i>20 октября</i>	<i>Среда</i> <i>21 октября</i>	<i>Четверг</i> <i>22 октября</i>	<i>Пятница</i> <i>23 октября</i>
10.00-16.00 Гуманитарная помощь с консультантом 14.00-15.00 Урок латышского языка для начинающих 14.00-15.00 Хор 16.00-17.00 Zumba -танцевальная гимнастика 18.00-19.00 Творческие занятия	12.00-14.00 Группа поддержки (теплые встречи за чашкой чая, разговоры и поддержка) 14.00-16.00 Мастер-класс по вышиванию	9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 11.00-12.00 Встреча с православным пастырем 12.00-14.00 Творческий мастер-класс 14.00-16.00 Мамин клуб	10.00-11.00 Гимнастика с физиотерапевтом I группа 11.00-12.00 Гимнастика с физиотерапевтом II группа 10.00-12.00 Кулинарное занятие «Готовим с душой» 14.00-16.00 Индивидуальная помощь в решении цифровых и повседневных административных вопросов	Поездка с целью благоустройства и субботника в Центре “Гауясличи” Цесис 11.00-15.00 Занятие по живописи 14.30-16.30 Гимнастика с элементами танцев
<i>26 октября</i>	<i>27 октября</i>	<i>28 октября</i>	<i>29 октября</i>	<i>30 октября</i>
10.00-16.00 Гуманитарная помощь с консультантом 14.00-15.00 Урок латышского языка для начинающих 14.00-15.00 Хор 16.00-17.00 Zumba -танцевальная гимнастика 18.00-19.00 Творческие занятия	12.00-14.00 Группа поддержки (теплые встречи за чашкой чая, разговоры и поддержка) 14.00-16.00 Мастер-класс по вышиванию	9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 10.00-12.00 Кулинарное занятие с Иной 12.00-14.00 Творческий мастер-класс 14.00-16.00 Мамин клуб	10.00-11.00 Гимнастика с физиотерапевтом I группа 11.00-12.00 Гимнастика с физиотерапевтом II группа 14.00-16.00 Индивидуальная помощь в решении цифровых и повседневных административных вопросов	9.00-16.00 Массаж (по записи) 10.00-11.00 Урок латышского языка для начинающих 10.00-11.00 Гимнастика I группа 11.00-12.00 Гимнастика II группа 11.00-15.00 Занятие по живописи 12.00-15.00 Совместные экскурсии 14.30-16.30 Гимнастика с элементами танцев

Каждый день

9:00 – 16:00	10:00 – 16:00	По записи
- информационная помощь - библиотека	- гуманитарная помощь - ксерокопия и печать - плетение сетки	- индивидуальная консультация с социальным работником - индивидуальная пастырская консультация