

DIENAS CENTRS "UPESLEJAS"
PASĀKUMI UN NORISES 2018. GADĀ

UPESLEJU DIENAS CENTRĀ DECEMBRĪ

1., 8., 15., 22. decembrī plkst. 11.00 **Filcēšanas nodarbības**. Vada Marija Puzankova.

5. decembrī plkst. 18.40 **Ziemassvētku eglītes iedegšana Upesleju ciemata centrā.**

8. decembrī plkst. 16.00 I. Kolmanes spēlfilma visai ģimenei "**Bille**", ieeja 3.00 eur.

7., 14. decembrī, plkst. 16.00 **bērniem rūķu radošā darbnīca.**

20. decembrī plkst. 19.30 **Ziemassvētku ieskaņas koncerts.**

21. decembrī plkst. 16.00 bērnu ciemošanās pie Upesleju vientuļajiem senioriem, lai kopīgi vairotu Ziemassvētku gaidīšanas izjūtas

26. decembrī plkst. 15.30 **Ziemassvētku eglīte dienas centrā "Upeslejas" pasākumu zālē.**

Pasākumu zālē skatāma Ulbrokas mūzikas un mākslas skolas bērnu darbu izstāde "**Laiques lāči viesojas Upeslejās**"

PULCIŅI:

Pirmdienās un trešdienās plkst. 17.00 stepa nodarbības bērniem. Vada Baiba Miķelsone.

Otrdienās un ceturtdienās plkst. 15.00 ārstnieciskā vingrošana senioriem. Vada Iveta Smalkā

Otrdienās un ceturtdienās plkst. 18.00 vēderdeju nodarbības. Vada Inese Alijeva.

Otrdienās plkst. 19.00 un sestdienās plkst. 10.00 ārstnieciskā vingrošana veselības veicināšanas projekta ietvaros. Vada Biruta Krieva

Trešdienās un svētdienās plkst. 18.00 līnijdeju nodarbības. Vada Anda Smirnova
Solo dziedāšanas nodarbības pēc vienošanās ar pasniedzēju Santu Fībigu t.
29392883

Pirmdienās, trešdienās un piektdienās plkst. 19.30 galda tenisa nodarbības.
Koordinators Vjačeslavs Postnovs

Piektdienās plkst. 18.00 elektropulciņš bērniem un jauniešiem. Vada Igors Larionovs

Upesleju dienas centrā NOVEMBRI

6., 13., 20., 27. novembrī plkst. 16.00 Floristikas nodarbības. Vada Inguna Knodze.

3. novembrī plkst. 15.00 leļļu izrāde bērniem un vecākiem "Sarkangalvīte un vilks".

1., 8., 15., 22., 29. novembrī plkst. 16.00 nodarbību cikls "Veselīgas attiecības kā mūsu veselību uzturošs faktors." Vadītāja Natalija Stepanova. Projektu finansē Stopiņu novada dome.

7. novembrī plkst. 17.00 Stopiņu novada jaunieši sadarbībā ar Stopiņu velo un Baldones sporta kompleksu rīko tikšanos ar interesentiem par tēmu "Kas ritenim vēderā?"

21. novembrī plkst. 16.00 **Ulbrokas vidusskolas kora koncerts veltīts Latvijas 100 dzimšanas dienai.**

24. novembrī plkst. 14.00-17.00 Sirds veselības diena. Veselības veicināšanas projekta ietvaros tikšanās ar sertificētiem medicīnas darbiniekiem.

No 1. novembra skatāma Ulbrokas mūzikas un mākslas skolas audzēkņu darbu izstāde "Laiques lāči viesojas Upeslejās".

No 6. novembra skatāma Upesleju rokdarbnieču rakstaino cimdu izstāde.

Pirmdienās un trešdienās plkst. 17.00 stepa nodarbības bērniem. Vada Baiba Miķelsone.

Otrdienās un ceturtdienās plkst. 15.00 ārstnieciskā vingrošana senioriem. Vada Iveta Smalkā

Otrdienās un ceturtdienās plkst. 18.00 vēderdeju nodarbības. Vada Inese Alijeva.

Otrdienās plkst. 19.00 ārstnieciskā vingrošana veselības veicināšanas projekta ietvaros. Vada Brigita Krieva.

Trešdienās un svētdienās plkst. 18.00 līnijdeju nodarbības. Vada Anda Smirnova.

Ceturtdienās solo dziedāšanas nodarbības pēc vienošanās ar pasniedzēju Santu Fībigu t. 29392883

Pirmdienās, trešdienās un piektdienās plkst. 19.30 galda tenisa nodarbības. Koordinators Vjačeslavs Postnovs

Piektdienās plkst. 18.00 elektropulciņš bērniem un jauniešiem. Vada Igors Larionovs

Sestdienās plkst. 10.15 ārstnieciskā vingrošana veselības veicināšanas projekta ietvaros. Vada Brigita Krieva.

UPESLEJU DIENAS CENTRĀ OKTOBRĪ

2., 9., 16., 23. oktobrī plkst. 16.00 ģipša figūru veidošana. Nodarbības vada Aleksandra Smirnova.

3. oktobrī plkst. 17.00 rudeni sagaidot, Upesleju senioru tikšanās.

4., 18., 25. oktobrī plkst. 16.00 uzsākam nodarbību ciklu "Veselīgas attiecības kā mūsu veselību uzturošs faktors." Nodarbības vadīs Natālija Stepanova. Projektu finansē Stopiņu novada dome.

23.– 27. oktobrim no plkst. 13.00 sporta aktivitātes bērniem.

Pirmdienās un trešdienās plkst. 17.00 stepa nodarbības bērniem. Vada Baiba Miķelsone.

Otrdienās un ceturtdienās plkst. 15.00 ārstnieciskā vingrošana senioriem. Vada Iveta Smalkā.

Otrdienās un ceturtdienās plkst. 18.00 vēderdeju nodarbības. Vada Inese Alijeva.

Trešdienās un svētdienās plkst. 18.00 līnijdeju nodarbības interesentiem. Vada Anda Smirnova.

Pirmdienās, trešdienās un piektdienās plkst. 19.30 galda tenisa nodarbības. Koordinators Vjačeslavs Postnovs.

Piektdienās plkst. 18.00 elektropulciņš bērniem un jauniešiem. Vada Igors Larionovs.

Sestdienās solo dziedāšanas nodarbības pēc vienošanās ar pasniedzēju Santu Fībigu, t. 29392883.

UPESLEJU DIENAS CENTRĀ SEPTEMBRĪ

1., 8., 15., 29. septembrī plkst. 11.00 **filcēšanas nodarbības**, vadīs M. Puzankova.

4., 11., 18., 25. septembrī plkst. 18.00 **elektropulciņš bērniem un jauniešiem**, vadīs I. Larionovs.

5., 12., 19., 26. septembrī plkst. 18.00 **līnijdeju** nodarbības interesentiem, vadīs A. Smirnova.

6. un 7. septembrī, sagaidot Tēva dienu, **apsveikumu gatavošana jaukajiem tētiem**.

13. septembrī plkst. 18.00 velomīļu **velosacensības bērniem un jauniešiem** no 2 līdz 15 gadu vecumam.

18., 20., 25., 27. septembrī plkst. 18.00 **vēderdeju** nodarbības interesentēm, vadīs I. Alijeva.

22. septembrī dienas centra aktīvistu **ekskursija** uz Smiltenes novadu.

28. septembrī plkst. 16.00 **Miķeļdienas** radošās darbnīcas bērniem

Trešdienās, piektdienās **galda teniss** pieaugušajiem.

Sestdienās **solo dziedāšanas** nodarbības pēc vienošanās ar pasniedzēju S. Fībigu.

UPESLEJU DIENAS CENTRĀ JŪNIJĀ

Darba laika izmaiņas jūnijā un augustā: pirmdien, trešdien, ceturtdien, piektdien plkst. 10.00 – 18.00; otrdien plkst. 12.00 – 20.00. Jūlijā dienas centrs slēgts uz atvaļinājuma laiku.

1.jūnijā Bērnu svētki Stopiņos - plkst. 15.00-17.00 radošās darbnīcas un aktivitātes dienas centrā.

4.jūnijā Bezmaksas redzes pārbaude ar iespēju iegādāties optiskās brilles un saulesbrilles. Savlaicīgi pierakstīties pa tālruni 20860005.

5., 12., 19. jūnijā un 3. jūlijā plkst. 19.00 - nūjošanas nodarbības instruktore Lindas Andrusas vadībā. Pulcēšanās pie dienas centra. Nūjas tiek nodrošinātas.

8.jūnijā Ekskursija dienas centra aktīvistiem. Iepazīsimies ar "Getliņi EKO" atkritumu šķirošanas poligona darbu. Apmeklēsim muzeju "Krīvu sēta".

13.jūnijā plkst. 17.00-18.30 iedzīvotāju sapulce par ietekmes uz vidi vērtējumu apvedceļam. Organizē Stopiņu novada domes attīstības plānošanas speciāliste Linda Čakše.

18.jūnijā plkst. 11.00 orientēšanās sacensības bērniem.

22.jūnijā plkst. 15.00 Līgo dienu sagaidot, dekoru un vainagu gatavošana no dabas materiāliem.

25.-29.jūnijā plkst. 14.00-17.00 aktivitātes bērniem sporta laukumā.

Līdz 29. jūnijam skatāma Ritas Zepas gleznu izstāde: "Ziedos ir viss ārs".

UPESLEJU DIENAS CENTRĀ MAIJĀ

9. maijā plkst. 16.00 – pēcpusdiena "Iepazīsti Eiropas valstu savienību".

10. maijā plkst. 18.00 – tikšanās ar grāmatvedi L. Stuceri. Izskaidros un palīdzēs elektroniski uzrakstīt gada ienākumu deklarāciju, lai atgūtu pārmaksāto iedzīvotāju ienākuma nodokli par attaisnotajiem izdevumiem.

11. maijā plkst. 16.00 – gatavojam apsveikumus mīļajām māmiņām.

11., 18., 25., 28. maijā plkst. 15.00 -17.00 rotaslietu gatavošanas darbnīca bērniem. Nodarbību vada S. Eriņa.

12. maijā plkst. 14.00 – Mātes dienai veltīts dienas centra aktīvistu koncerts.

15.–19. maijā - tautas bumbas nedēļa bērniem un jauniešiem.

25. maijā plkst. 19.00 – Ulbrokas vidusskolas 8., 9. klašu skolēnu teātra izrāde "Nāves bailes".

No 2. maija līdz 29. jūnijam skatāma Ritas Zepas gleznu izstāde "Ziedos ir viss ārs".

UPESLEJU DIENAS CENTRĀ APRĪLĪ

4. aprīlī plkst. 15.00 – 17.00 Veselīgs uzturs iedzīvotājiem virs 54 gadu vecuma. Lekcija un veselīga uztura gatavošanas meistarklase. Nodarbību vadīs sertificēts uztura speciālists

7. aprīlī plkst. 16.00 - kinorežisora Ivara Selecka dokumentālā filma "Turpinājums". Kinostāsts par pieciem bērniem, viņu dzīvi un pirmo skolas gadu dažādos Latvijas reģionos.

5., 19., 24., 26. aprīlī plkst. 16.00 – 18.00 Floristikas nodarbības. Vada I. Knodze.

13. aprīlī plkst. 18.30 - prezentācija par Itāliju. Ar savu valsti iepazīstinās brīvprātīgais jauniešs Mattia Lano.

14. aprīlī plkst. 13.00 - sporta aktivitātes bērniem.

21. aprīlī plkst. 11.00 – 12.00 Zemes dienai veltītās bērnu foto izstādes – "Mirkļis" sagatavošana.

28. aprīlī plkst. 10.00 - Stopiņu novada Lielā sestdienas talka.

UPESLEJU DIENAS CENTRĀ MARTĀ

6., 13., 20., 27. martā plkst. 16.00 – 18.00 Papīra ziedu kompozīcija. Nodarbību vada Aleksandra Dobrjanska

10. martā plkst. 16.00 dokumentālā spēlfilma "Ievainotais jātnieks," kas stāsta par latviešu tēlnieku K. Zāli un nacionālās apziņas simbola Brīvības pieminekļa celtniecību. Režisore I. Brūvere.

15. martā plkst. 12.00 Āra sporta aktivitātes bērniem.

17. martā plkst. 11.00 Radošās nodarbības bērniem. Lieldienu apsveikumu gatavošana.

24. martā plkst. 11.00 Radošās nodarbības bērniem. Lieldienu dekorāciju veidošana.

Upesleju dienas centrā februārī

3. februārī plkst. 11.00 – 13.00 Sveču liešanas darbnīca

6., 13., 20., 27. februārī plkst. 16.00 – 18.00 Zīda apgleznošana trafaretu tehnikā. Nodarbības vadīs A. Dobrjanska.

10. februārī plkst. 11.00 Droša interneta diena – mācīsimies darboties tā, lai neapdraudētu sevi un citus.

14. februārī plkst. 16.00-18.00 Valentīna diena. Sirsniņu veidošanas darbnīca.

17. februārī plkst. 16.00 režisora Askolda Saulīša dokumentālā filma “Astoņas zvaigznes”. Filma par latviešu nācijas pašapzināšanās procesa spilgtāko un traģiskāko parādību – latviešu strēlniekiem.

21. februārī plkst. 17.00 pilotprojekta par aktīvā dzīvesveida un vēsturiskās takas izveidi Upeslejās, rezultātu apkopojums un prezentācija.

Prieks sev un citiem

Upesleju dienas centrs jauno darba cēlienu sāka ar vērienīgu pulciņu atskaites koncertu. Uztājās gan centra pulciņu dalībnieki, gan viesi no Ulbrokas.

Ar Ziemassvētku izskaņas programmu klausītājus priecēja Ulbrokas vidusskolas meiteņu ansamblis skolotājas Žannas Stankevičas vadībā. Ļoti jaukas atmiņas uzjundīja Reiņa Višķera muzikālais sniegums.

Ar lielu atbildības sajūtu savu darbu rādīja mazās dziedātājas: Kristīne, Sanija, Paula un Patrīcija. Skolotājas Santas Fībigas pārdzīvojumi brīžiem bija lielāki, nekā pašām dziedātājām. Arī pašas skolotājas balss uzrunāja ikvienu koncerta klausītāju.



Jaunā līnīdeju grupa "Stopiņu šotiņi", kuru vada Anda Smirnova, pārsteidza ar ritmisku, saskaņoti raitu dejas soli.



Vēderdeju pasniedzēja Inese Alijeva ar savām meitenēm sniedza ieskatu tālo austrumu deju ritmos.



Paldies pulciņu vadītājiem par ieguldīto darbu! Paldies viesiem un kuplajam skatītāju pulkam, kuri iedrošināja jaunus māksliniekus un priecājās par daudzpusīgajām pulciņu dalībnieku prasmēm.

Uzsākot gadu, gaidīsim vēl jaunus dalībniekus jau esošajos pulciņos un uz klausīsim jaunas idejas turpmākajam darbam.

Sandra Briška, Upesleju dienas centra vadītāja
(29.01.2018.)

Upesleju dienas centrā janvārī

- 4. janvārī plkst. 16:00 – 18:00 bērniem galda spēļu turnīrs
- 6. janvārī plkst. 11:00 – 13:00 radošās nodarbības bērniem
- 11. janvārī plkst. 16:00 – 18:00 bērniem galda spēļu turnīrs
- 12. janvārī plkst. 18:00 dienas centra pulciņu dalībnieku koncerts
- 13. janvārī plkst. 11:00 – 13:00 radošās nodarbības bērniem
- 18. janvārī plkst. 16:00 – 18:00 bērniem galda spēļu turnīrs
- 19. janvārī plkst. 18:00 neklātienas ceļojums uz Āfrikas safari. Iespaidos dalīsies ceļotāja Agra Lipsberga.
- 20. janvārī plkst. 11:00 – 13:00 radošās nodarbības bērniem
- 24. janvārī plkst. 16:00 tikšanās ar Sarmu Žarčinsku - "Runāsim par veselību."
- 25. janvārī plkst. 16:00 – 18:00 bērniem galda spēļu turnīrs
- 27. janvārī plkst. 11:00 – 13:00 radošās nodarbības bērniem