



**Projekta "Esi vesels Siguldas novadā!" (Nr.4.1.2.2/1/24/I/015)
semināru/mācību/citu pasākumu grafiks 2025. gada OKTOBRA mēnesim**

Nr.p. k.	Sākuma datums (dd.mm.gggg.)	Beigu datums (dd.mm.gggg.)	Ilgums (st.)	Norises laiks (plkst.no-līdz)	Īstenošanas vieta (adrese vai tīmekļa vietnes adrese)	Nosaukums	Piezīmes
Atbalsta grupu nodarbības							
1	07.10.2025.	07.10.2025.	3	18:00-21:00.	Raganā, Saules ielā 1C, Sociālā dienesta telpās	- Izglītojošu atbalsta grupu „Ceļvedis audzinot pusaudzi” nodarbības	
2	21.10.2025.	21.10.2025.	3	18:00-21:00.	Raganā, Saules ielā 1C, Sociālā dienesta telpās	- Izglītojošu atbalsta grupu „Ceļvedis audzinot pusaudzi” nodarbības	
3	28.10.2025.	28.10.2025.	3	18:00-21:00.	Raganā, Saules ielā 1C, Sociālā dienesta telpās	- Izglītojošu atbalsta grupu „Ceļvedis audzinot pusaudzi” nodarbības	
Fizisko aktivitāšu nodarbības							
SIGULDA							
4	11.10.2025.	11.10.2025.	1	10.00-11.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Peldēšanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
5	25.10.2025.	25.10.2025.	1	10.00-11.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Peldēšanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
6	03.10.2025.	03.10.2025.	1	11.00-12.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
7	17.10.2025.	17.10.2025.	1	11.00-12.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
8	04.10.2025.	04.10.2025.	1	13.00-14.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Fitnessa nodarbības maznodrošinātajiem	Dalībnieku loks var tikt paplašināts, ja ir vietas
9	18.10.2025.	18.10.2025.	1	13.00-14.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Fitnessa nodarbības maznodrošinātajiem	Dalībnieku loks var tikt paplašināts, ja ir vietas
10	04.10.2025.	04.10.2025.	1	14.00-15.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Ūdens nodarbības senioriem	

11	11.10.2025.	11.10.2025.	1	14.00-15.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Ūdens nodarbības senioriem	
12	18.10.2025.	18.10.2025.	1	14.00-15.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Ūdens nodarbības senioriem	
13	25.10.2025.	25.10.2025.	1	14.00-15.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Ūdens nodarbības senioriem	
14	11.10.2025.	11.10.2025.	1	10.00-11.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	VFS nodarbība	
15	25.10.2025.	25.10.2025.	1	10.00-11.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	VFS nodarbība	
MĀLPILS							
16	11.10.2025.	11.10.2025.	1	12.00-13.00.	Mālpils Sporta centrs, Sporta iela 1, Mālpils	VFS nodarbība	
17	25.10.2025.	25.10.2025.	1	12.00-13.00.	Mālpils Sporta centrs, Sporta iela 1, Mālpils	VFS nodarbība	
ALLAŽI							
18	11.10.2025.	11.10.2025.	1	13.30-14.30.	Allažu Sporta centrs, Skolas iela 5, Allaži	VFS nodarbība	
19	25.10.2025.	25.10.2025.	1	13.30-14.30.	Allažu Sporta centrs, Skolas iela 5, Allaži	VFS nodarbība	
MORE							
20	11.10.2025.	11.10.2025.	1	10.30-11.30.	Mores Tautas nams, Siguldas iela 13, More	VFS nodarbība	
21	25.10.2025.	25.10.2025.	1	10.30-11.30.	Mores Tautas nams, Siguldas iela 13, More	VFS nodarbība	
JŪDAŽI							
22	11.10.2025.	11.10.2025.	1	09.00-10.00.	Jūdažu sabiedriskais centrs, Jūdaži, Siguldas pagasts	VFS nodarbība	
23	25.10.2025.	25.10.2025.	1	09.00-10.00.	Jūdažu sabiedriskais centrs, Jūdaži, Siguldas pagasts	VFS nodarbība	
LĒDURGA							
24	11.10.2025.	11.10.2025.	1	09.30-10.30.	Lēdurgas Sporta centrs, Skola, Lēdurga, Lēdurgas pagasts	VFS nodarbība	
25	25.10.2025.	25.10.2025.	1	09.30-10.30.	Lēdurgas Sporta centrs, Skola, Lēdurga, Lēdurgas pagasts	VFS nodarbība	
INCIEMS							
26	11.10.2025.	11.10.2025.	1	11.00-12.00.	Sporta un atpūtas centrs "Namiņš", Inciems, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	

27	25.10.2025.	25.10.2025.	1	11.00-12.00.	Sporta un atpūtas centrs "Namiņš", Inciems, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
RAGANA							
28	08.10.2025.	08.10.2025.	1	19.00-20.00.	Krimuldas Sporta centrs, Skolas iela 11A, Ragana, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
29	22.10.2025.	22.10.2025.	1	19.00-20.00.	Krimuldas Sporta centrs, Skolas iela 11A, Ragana, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
INČUKALNS							
30	14.10.2025.	14.10.2025.	1	19.00-20.00.	Inčukalna Sporta centrs, Zvaigžņu iela 2A, Inčukalns	VFS nodarbība	
31	28.10.2025.	28.10.2025.	1	19.00-20.00.	Inčukalna Sporta centrs, Zvaigžņu iela 2A, Inčukalns	VFS nodarbība	
SUNĪŠI							
32	02.10.2025.	02.10.2025.	1	19.00-20.00.	Sunīšu kopienas māja, Sunīši, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
33	16.10.2025.	16.10.2025.	1	19.00-20.00.	Sunīšu kopienas māja, Sunīši, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
34	30.10.2025.	30.10.2025.	1	19.00-20.00.	Sunīšu kopienas māja, Sunīši, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
Garīgās veselības nodarbības izglītības iestādēs							
35	07.10.2025.	07.10.2025.	2x40min	8.50-10.20.	Krimuldas vidusskola, Skolas iela 11, Ragana, Krimuldas pagasts	“Psihohigēnas nozīme pusaudžu ikdienā”	
36	07.10.2025.	07.10.2025.	2x40min	10.30-12.10.	Krimuldas vidusskola, Skolas iela 11, Ragana, Krimuldas pagasts	“Psihohigēnas nozīme pusaudžu ikdienā”	
37	10.10.2025.	10.10.2025.	2x40min	8.50-10.20.	Krimuldas vidusskola, Skolas iela 11, Ragana, Krimuldas pagasts	“Psihohigēnas nozīme pusaudžu ikdienā”	
38	10.10.2025.	10.10.2025.	2x40min	10.30-12.10.	Krimuldas vidusskola, Skolas iela 11, Ragana, Krimuldas pagasts	“Psihohigēnas nozīme pusaudžu ikdienā”	