

Klīnika Dzintari Nodarbību grafiks/ Izmaiņas nodarbībās 2026

Par iespēju pierakstīties uz nodarbībām zvanīt uz reģistratūru 67147833, kad ieslēdzas pāradresētājs, spiediet ciparu 2

	04,05,	05,05,	06,05,	07,05,	08,05,
	I	II	III	IV	V
Strechīng			10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana		10.30-11.10 13.15-14.00	14,10-14,50	9.20-10.00	9,20-10,00
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Uztura ietekme uz mentālo veselību			9,00-10,00		
Grupās terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštalterapija		13,15-15,15			
Saskarsmes barjeras				14,00-15,00	
Drāmas terapija			10.30-12.30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00	15,30-16,45		11.30-13.30
Smieklū terapija					13:45-15:45
Ķermeņa relaksācija			14.15-15.15		
Sarunu terapija				15,15-16,45	
Kustību un deju terapija			13.00-14.00		

	11,05,	12,05,	13,05,	14,05,	15,05,
	I	II	III	IV	V
Strechīng	10,10-10,50		10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	9.20-10.00 15,15-15,55	10.30-11.10	14,10-14,50	9.20-10.00	9,20-10,00
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Emocionālā ēšana, pārvaldīšana			9,00-10,00		
Grupās terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštalterapija		10,45-12,45 13,15-15,15			
Stresa menedžments praktiskā daļa	14,00-15,00				
Konflikti				14,00-15,00	
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00	15,30-16,45		11.30-13.30
Smieklū terapija					13:45-15:45
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Sarunu terapija				15,15-16,45	
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		
Gongas terapija	16.30-18.30				

	18,05,	19,05,	20,05,	21,05,	22,05,
	I	II	III	IV	V
Strechings	10,10-10,50		10,40-11,20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	9,20-10,00 15,15-15,55	10,30-11,10 13,15-14,00	14,10-14,50	9,20-10,00	9,20-10,00
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Uzturs un miegs			9,00-10,00		
Grupās terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					9,30-11,00
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštalterapija		10,45-12,45 13,15-15,15			
Psiholoģiskās robežas	14,00-15,00				
Krāsu psiholoģiskā nozīme				14,00-15,00	
Drāmas terapija	10,00-12,00		10,30-12,30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00	15,30-16,45		11,30-13,30
Smieklu terapija					13:45-15:45
Ķermeņa relaksācija	15,15-16,15		14,15-15,15		
Sarunu terapija				15,15-16,45	
Kustību un deju terapija	12,45-13,45		13,00-14,00		

	25,05,	26,05,	27,05,	28,05,	29,05,
	I	II	III	IV	V
Strechings	10,10-10,50		10,40-11,20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	9,20-10,00 15,15-15,55	10,30-11,10 13,15-14,00	14,10-14,50	9,20-10,00	9,20-10,00
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Veselīgs uzturs imunitātei			9,00-10,00		
Grupās terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					9,30-11,00
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštalterapija		10,45-12,45 13,15-15,15			
Krīzes				14,00-15,00	
Drāmas terapija	10,00-12,00		10,30-12,30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00	15,30-16,45		11,30-13,30
Smieklu terapija					13:45-15:45
Ķermeņa relaksācija	15,15-16,15		14,15-15,15		
Sarunu terapija				15,15-16,45	
Kustību un deju terapija	12,45-13,45		13,00-14,00		