

Klīnika Dzintari Nodarbību grafiks/ Izmaiņas nodarbībās 2026

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

	31,08,	01,09,	02,09,	03,09,	04,09,
	I	II	III	IV	V
Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55		10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana		10.30-11.10 12,00-12,40		9.20-10.00	9,00-10,00
Strechings	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Uzura ietekme uz mentālo veselību	8,45-9,45,				
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			
Psiholoģiskās robežas	14,00-15,00				
Vērtības				14,00-15,00	
Pašvērtējums un sevis pieņemšana	16,30-18,00				
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
Smieklų 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		

	07,09,	08,09,	09,09,	10,09,	11,09,
	I	II	III	IV	V
Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55		10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana		10.30-11.10 12,00-12,40		9.20-10.00	9,00-10,00
Strechings	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Emocionālā ēšanaspārvaldīšana	8,45-9,45,				
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			
Laires hormoni	14,00-15,00				
Saskaimes barjeras				14,00-15,00	
Manas vajadzības-iemācīties sadzirdēt sevi	16,30-18,00				
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00			11.30-13.30
Smieklų terapija					13,45-15,45,
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Sarunu terapija					
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		

	14,09,	15,09,	16,09,	17,09,	18,09,
	I	II	III	IV	V
Ārstnieciskā vingrošana			10.40-11.20	10,10-10,50	

Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55	10.30-11.10 12,00-12,40		9.20-10.00	9,00-10,00
Strechings	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Uzturs un miegs	8,45-9,45,				
Grupas terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					9,30-11,00
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30			
Geštalterapija		10,45-12,45 13,15-15,15			
Par depresiju	14,00-15,00				
Krāsu psiholoģiskā nozīme				14,00-15,00	
Prasmes trauksmes mazināšanā	16,30-18,00				
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30		
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00			11.30-13.30
Smieklterapija					
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		

	21,09,	22,09,	23,09,	24,09,	25,09,
	I	II	III	IV	V
Ārstnieciskā vingrošana			10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55	12,00-12,40		9.20-10.00	9,00-10,00
Strechings	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Veselīgs uzturs imunitātei	8,45-9,45,				
Grupas 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			
Stresa menedžments teorija	14,00-15,00				
Krīzes				14,00-15,00	
Jēga un sevis meklējumi	16,30-18,00				
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30		
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00	15,30-16,45		11.30-13.30
Smieklterapija					
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		

	28,09,	29,09,	30,09,	1,10,	02,10,
	I	II	III	IV	V
Ārstnieciskā vingrošana			10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55	10.30-11.10 12,00-12,40		9.20-10.00	9,00-10,00
Strechings	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Uzura ietekme uz mentālo veselību	8,45-9,45,				

Grupas terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					9,30-11,00
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštaltterapija		10,45-12,45 13,15-15,15			
Stresa menedžments praktiskā daļa	14,00-15,00				
Emocionālā inteliģence				14,00-15,00	
Seksualitāte un prasme veidot tuvas attiecības	16,30-18,00				
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
Smieklų 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		

