

Rīgas Izglītības un informatīvi metodiskais centrs

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



Datums	Laiks un vieta	Nosaukums	Anotācija	Pieteikšanās/ Kontaktpersona	Stundu skaits	Cena par kursiem (ar PVN)
I. VALODU APGUVĒ						
07.11., 10.11., 14.11., 17.11., 21.11., 28.11., 05.12., 08.12., 12.12.	18.00 - 19.30 (pirmdienās un ceturtdienās) Rīgas 84. vidusskolā Lielvārdes ielā 141 (Purvciems)	ANĢĻU VALODA BEZ PRIEKŠZINĀŠANĀM (I PROGRAMMA)	Nodarbību laikā tiek apgūtas prasmes sazināties ikdienas situācijās, veidot vienkāršus teikumus un jautājumus, saprast vienkāršu rakstīto un noklausīto tekstu, apgūt elementāro vārdu krājumu. Programmas apguves rezultātā iegūtas prasmes angļu valodā sazināties dažādās ikdienas situācijās: saprast vienkāršu rakstīto un dzirdētu informāciju. Iegūtas prasmes runāt, lasīt, klausīties un rakstīt angļu valodā atbilstoši <i>Beginner</i> sākuma līmeņa pakāpei. Lektore: Irina Klišāne, Rīgas 84. vidusskolas angļu valodas skolotāja	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	18	EUR 33,12
04.11., 09.11., 16.11., 23.11., 25.11., 30.11., 02.12., 07.12., 09.12.	17.30 - 19.00 (trešdienās un piektdienās) RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	ANĢĻU VALODA AR NELIELĀM PRIEKŠZINĀŠANĀM (II PROGRAMMA)	Nodarbību laikā tiek apgūtas prasmes angļu valodā precīzi formulēt domu un prasmīgi uzturēt sarunu, uztvert un saprast aktuālās tēmas, galveno saturu rakstiskā tekstā, prast uzrakstīt privātas vēstules, ziņojumus. Programmas apguves rezultātā iegūtas prasmes saprasties angļu valodā par dažādām tēmām sadzīvē un darbā, uztvert un sniegt informāciju, saistītu ar personiskajām, sabiedriskajām, kultūras un profesionālajām vajadzībām,	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	18	EUR 33,12

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			aizpildīt dažādus lietišķus dokumentus, iegūtas labas valodas prasmes mutvārdos un rakstos. Iegūtas prasmes runāt, lasīt, klausīties un rakstīt angļu valodā atbilstoši Lower Intermediate līmeņa sākuma pakāpei. Lektore: Irina Klišāne, Rīgas 84. vidusskolas angļu valodas skolotāja			
15.11.2016. - 23.03. 2017.	18.00-20.15 (otrdienās un ceturtdienās) Rīgas 33. vidusskola Stūrmaņu iela 23 (Bolderāja)	LATVIEŠU VALODA (B1 LĪMENIS)	Nodarbības paredzētas cilvēkiem ar priekšzināšanām latviešu valodā. Nodarbību laikā tiks trenētas lasīšanas, rakstīšanas, runāšanas un klausīšanās prasmes. Nodarbībās apskatīsim tēmas, kas saistītas ar ikdienas dzīvi - mana pilsēta, darbs, svētku atzīmēšana, darba tirgus, kā arī apgūsim lietišķos rakstus. Pēc kursu beigšanas iespējams nokārtot valsts valodas pārbaudes eksāmenu. Kursu dalībnieki tiks nodrošināti ar mācību materiāliem. Lektore: Ineta Rošāne, latviešu valodas skolotāja	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	100	EUR 184,00 (iespējams maksāt pa daļām)
14.11., 21.11., 28.11., 05.12.	18.00-20.30 (pirmdienās) RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	AR VALODU IEKĻŪSTI ITĀLIJAS SIRDĪ (II)	Valodas apguves nodarbībās kursanti turpinās iepazīties ar itāļu valodas īpašo skanējumu, padziļinās lietvārdu artikulu lietošanu, darbības vārdu locīšanas īpatnības, kā arī izzinās regulāros un neregulāros darbības vārdus. Soli pa solītim mēģinās vairāk izteikties, savienot vārdus teikumos. Apgūs lielāku vārdu krājumu, trenēs atmiņu ar dziesmu klausīšanos, atpazīs burtu likumsakarības, lasot tekstus. Vairāk “paceļos” pa Itālijas pilsētām,	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	12	EUR 22.08

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			atpazīstot ievērojamākās vietas.			
			Lektore: Irēna Pujāte, itāļu valodas pasniedzēja			
II. ROKDARBI UN RADOŠĀS DARBŅĪCAS						
08.11.	17.30 - 20.30	SUTAŽAS ROTAS	Programmas dalībnieki praktiskajās nodarbībās darbosies ar sutažu un pērlītēm. Nepieciešamie materiāli: sutaža divās krāsās – no katras krāsas 1,5 m, dažāda izmēra pērlītes, adatiņa, caurspīdīgs pārlošanas diegs vai smalka makšķeraukla. Lektore: Anita Spēlmane, BJC „Laimīte”, interešu izglītības skolotāja	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Inga Liepniece, 67105544 Inga.Liepniece@riga.lv	3	EUR 5,52
						
08.11.	18.00 - 20.15	PATRIOTISKAS PIESPRAUDES	No krāsainām atlasa un dekoratīvām kokvilnas audumu lentītēm tiks gatavotas piespraudes ar nacionālo simboliku sev un ģimenes locekļiem patriotisma mēnesim. Lentītes tiks sastiprinātas ar līmes pistoles palīdzību vai sašujot. <u>Darbam nepieciešamie piederumi:</u> krāsainas, dažāda platuma atlasa lentītes /Latvijas karoga krāsā, baltas, pelēkas/, lentītes ar latviskajām zīmēm, adata, diegs, šķēres, piešujamas piespraudes vai drošības adatas, vēlams līmes pistole un kodoliņi. Lektore: Agnese Rudzroga, vizuālās mākslas un mākslas pulciņu skolotāja	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	3	EUR 5,52
						

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



15.11.	17.30 – 20.30 BJC „Laimīte”, Sarkandaugavas 24 (Sarkandaugava)	ADĪJUMI AR PĒRLĪTĒM 	Pēdējā laikā ļoti populāri kļuvuši adījumi ar pērlītēm. Greznie adījumi ar pērlītēm var būt elegants papildinājums apģērbam. Kurzemnieces adīja ar pērlītēm maučus pie saviem tautas tērpiem. Tos dēvē arī par maustiņiem vai roku sildītājiem. Kursos būs iespēja apgūt dažādus veidus, kā adījumu rotāt ar pērlītēm. Lektore: Anita Spēlmane, BJC „Laimīte” interešu izglītības skolotāja	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Inga Liepniece, 67105544 Inga.Liepniece@riga.lv	3	EUR 5,52
16.11.	18.00 – 20.30 Rīgas 61. vidusskola Pārslas iela 14 (Āgenskalns)	TOHO PĒRLĪŠU ROKASSPRĀDZES GATAVOŠANA 	Aicinām iemācīties gatavot rokassprādzes no dažādu izmēru Toho pērlītēm. Viegli pagatavojama un grezna rotaslieta būs ne tikai ikdienai, bet arī svētkiem, kā arī lieliska dāvana sev un draugiem. Lektore: Inese Kupfere, RIIMC lektore	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	3	EUR 5,52 + materiāli
30.11.	18.00-20.30 RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	AUSKARU PAGATAVOŠANA 	Laipni aicināti visi darboties griboši uz nodarbību, kurā pagatavosim skaistus auskarus no sīkpērlītēm. Liekot pērlīti pie pērlītes, izveidosim skariņu auskarus. It īpaši noderīga nodarbība tiem, kas māc aust roku aproces ar pērlītēm, jo šajā tehnikā taisītos auskarus var pieskaņot austajiem darbiem. Nodarbībā audīsīm gatavu shēmu auskarus. Lektore: Inese Kupfere, RIIMC lektore	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	3	EUR 5,52

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



24.11.	18.00 – 20.30 Ilģuciema vidusskola Dzirciema iela 109 (Ilģuciems)	TAMBORĒTAS KAKLAROTAS 	Aicinām ikvienu gatavoties svētkiem. Nodarbības laikā, izmantojot dziju vai aukliņas, ķēdes un pērles, izgatavosim kaklarotas, kuras noderēs ikdienai un arī svētku dienām, kā arī būs lieliskas Ziemassvētku dāvanas. Lektore: Inese Kupfere, RIIMC lektore	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	3	EUR 5,52 + materiāli
22.11.	18.00 - 20.15 Ziemeļvalstu ģimnāzijas sākumskolas ēkā Anņimuižas ielā 11 (Zolitūde)	ADVENTES VAINAGS ĢIMENES SVĒTKIEM 	No vīnstīgām vai vijīgiem bērzu zariem tiks savīta vainaga pamatne, rotāta ar dabas materiāliem, lentītēm, konfektēm, dziju tinumiem, filca bumbiņām, Ziemassvētku rotājumiem /pēc izvēles/. <u>Darbam nepieciešamie materiāli:</u> floristu stieple vai tumšs, stiprs diegs, līmes pistole un kodoliņi, rotāšanas materiāli pēc izvēles - čiekuri, zīles, kastaņi, pupiņas, kaltētas ogas, audumu lentītes, konfektes, dziju gabaliņi, jēlvilna, Ziemassvētku rotājumi, 4 svečturi un sveces, vēlamas floristu šķēres. Lektore: Agnese Rudzroga, vizuālās mākslas un mākslas pulciņu skolotāja	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	3	EUR 5,52
01.12., 08.12., 15.12.	18.00 - 20.15 Rīgas 84. vidusskola, Lielvārdes ielā 141 (Purvciems)	TAMBORĒTAS ROTAĻLIETAS	Nodarbību laikā tiks apgūtas un papildinātas prasmes tamborēšanā, sīko detaļu tamborēšanā, skices veidošanā, pamatdetaļu tamborēšanas shēmas apgūšanā: uzsākšanā, detaļu savienošanā. Programmas apguves rezultātā būs iegūtas un papildinātas prasmes	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	12	EUR 22,08

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			tamborēšanā, sīko detaļu tamborēšanā, radīta rotaļlieta pašu spēkiem. <u>Nepieciešamie materiāli:</u> dzija rotaļlietas tamborēšanai un tamboradata. Lektore: Iveta Sijāte, Rīgas 84. vidusskolas mājturības skolotāja			
05.12.	17.00 - 20.00	PASTALU DARINĀŠANA 	Pastalas ir no viena ādas gabala piegriezts un ar siksnīņu savēlkams apavs, senākā apavu forma. Mūsdienās tās izmanto gan folkloras kolektīvu dalībnieki, gan arī tautisku dizainu cenoši cilvēki. Kursos Jūs sagaida ceļš no ādas gabala līdz skaistām, pašu izgatavotām pastalām. Konstruēsim piegrieztni, piegriezīsim ādu, vērīsim siksnas, veidojot savilkumus. Iepazīsim dažādus pastalu veidus. <u>Nepieciešamie materiāli:</u> āda (var būt lietota), šķēres, nazītis. Ādas plašā izvēlē var iegādāties veikalā "Rīgas ādas", Blaumaņa iela 6. Lektore: Anda Krūmiņa, vizuālās mākslas un kulturoloģijas skolotāja	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Inga Liepniece, 67105544 Inga.Liepniece@riga.lv	4	EUR 7,36
07.12.	18.00 - 20.15	EGLĪŠU AUSKARI	Pavisam drīz krāsaino lapu virpuli nomainīs sniegpārslu deja un tumšajos vakaros arvien vairāk sildīsimies sveču gaismā. Ziemassvētku gaidīšana ir rotāšanās laiks. Šādu eglīšu dekorēšanas versiju Tu	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Inga Liepniece, 67105544	3	EUR 5,52

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



	(Jugla)		vēl nebūsi mēģinājis, jo prasmes un zināšanas noderēs ne tikai eglīšu rotu darināšanā, bet arī Tava svētku tēla un apģērba aksesuāru labošanā un radīšanā. Procesā attīstīsim radošo domāšanu, paskatīsimies uz lietām no cita skatu punkta, radīsim skaistus rotājumus ar pievienoto vērtību. Iemācīsimies darināt „eglišu auskarus” no dabas materiāliem un dekoratīvajiem smalkumiem. Par materiāliem informācija sekos. Lektore: Ella Ruicēna, skolotāja, radošo darbnīcu vadītāja	Inga.Liepniece@riga.lv		
06.12.	18.00-21.00	PULSA SILDĪTĀJU (MAUČU) ADĪŠANA AR PĒRLĪTĒM 	Pulsa sildītāju (mauču) adīšana pazīstama Eiropā jau no 20. gs. Latvijā tie bija tautastērpa neatņemama sastāvdaļa Dienvidkurzemē. Šobrīd pulsa sildītāji ir ļoti populāri tērpu aksesuāri. Aicinu iemācīties adīt pulsa sildītājus ar pērlītēm, kā iedvesmas avotu izmantojot rakstu zīmes, lai papildinātu savus tērpus vai izgatavotu lielisku dāvanu savai labākajai draudzenei. <u>Līdzī jāņem:</u> • Gluda, smalka vilnas (merīnvilnas) dzija, rupjums 25 gr = apm. 150 m. Var nopirkt „Lanamama” veikalā Kr.Barona ielā 49, jautājot dziju mauču adīšanai pārdevējai. 25g maksā 2.80 EUR. • Adāmadatas – Nr. 1,25 – 1,5. • Japāņu TOHO pērlītes nr. 11 vai Čehu pērlītes; (Japāņu pērlītes ir labākas, jo ir vienādas). Var nopirkt „Pērļu lādē” Rīgā, Ceļinieku ielā 4a, „Pērļotavā”	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	4	EUR 7,36

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			Rīgā, Brīvības ielā 155, k.3. • Pērļošanas adata, smalks neilona diegs 1 m. • Šķīvītis pērļu uzbēršanai. • Šķēres. Krāsainie zīmuļi. Lektore: Dace Sondare, mājturības un tehnoloģiju skolotāja, TDM			
07.12.	18.00 – 20.30 Rīgas 94. vidusskola, Ozolciema 26, (Ziepiņkalns)	TĪKLIŅTEHNIKĀ GATAVOTAS ROTAS 	Kursos dalībnieki izmantos pērļītes, lai veidotu tīkliņtehnika gatavotas rotas – krelles, rokassprādzes. Saliekot lielākas un mazākas, dažādu vai vienādu krāsu pērļītes tiks gatavotas skaistas aukliņas, ko var izmantot kā lakatu gredzenus, kā krelles, kā rokassprādzes. Pucēsimies svētkiem! <u>Nepieciešamie materiāli:</u> sīkpērļītes Nr.10 (čehu) un Nr.8 (čehu), polimērdiegs Nr. 0,2, pērļošanas adata, aizdares un metāliskos riņķīšus, ķēdīti 5 cm. Lektore: Inese Kupfere, RIIMC lektore	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	3	EUR 5,52
12.12.	17.00 - 20.00 Rīgas 31. vidusskola, Skuju iela 11 (Vecmīlgrāvis)	MEDITATĪVĀ ABSTRAKCIJA	Gleznosim abstraktu kompozīciju, kurā nebūs nekā no ikdienas realitātes. Meditatīvais jeb monohromais abstrakcionisms : vienas vai divu krāsu izmantojums, iekļātot tās lielos laukumos. Ir pieņemts uzskatīt, ka šādu glezniecības stilu ietekmējusi interese par meditativā budisma filozofiju. Gleznotājs cenšas atklāt krāsai piemītošo iekšējo spēku, jēgu, gremdējoties	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Inga Liepniece, 67105544 Inga.Liepniece@riga.lv	4	EUR 7,36

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			pārdomās par dzīves izpausmju daudzveidību. Spilgts šī virziena pārstāvis ir Marks Rotko. <u>Nepieciešamie materiāli:</u> akrila krāsas, dažādu izmēru saru vai sintētiskās otas, lupatiņa, paleta, audekls uz apakšrāmja, audekls uz kartona vai gruntēts kartons apmēram A3 vai A2 izmērā, priekšauts. Lektore: Anda Krūmiņa, vizuālās mākslas un kulturoloģijas skolotāja			
III. SKAISTUMKOPŠANA UN VESELĪBA						
16.11., 23.11., 30.11., 07.12.	18.00 - 20.30 RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	PROFESIONĀLĀ MAKE-UP VEIDOŠANA 	Dalībnieki iemācīsies pareizi izveidot sejas reljefu, kā arī profesionāli izveidot dienas make-up, vakara make-up, uzzinās par dažādiem make-up veidiem un īpašībām. Lektore: Jekaterina Gaile, vizāžiste	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	12	EUR 22.08 + materiāli
23.11.	18.00 - 20.30 RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	AROMATERAPIJA SKAISTUMAM	Kurss sniegs ieskatu ēterisko eļļu valstībā, uzzinot par to pareizu lietošanu un iedarbību uz cilvēka organismu. Dalībnieki sagatavosies Ziemassvētku ballīšu sezonai, uzzinot vairāk par ēteriskajām eļļām. Praktiski būs iespēja veikt aromapīlinga procedūru sejai, kas ir bioloģiska pīlinga procedūra, kad āda tiek attīrīta no atmirušajām šūniņām, mīkstināta, dziedināta, ja ir radušās kādas brūcītes, mikroplaisiņas. Aromapīlings ir kā profilakse vīrusu infekcijām un deguna blakusdobuma iekaisuma	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	3	EUR 5,52

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			mazināšanai. Vēlams līdzī paņemt mutes dvieli un kādu banti/ lakatu/ sprādzi matu atspaušanai. Lektore: Agate Seržante, skaistumkopšanas speciāliste			
30.11.	18.00 - 20.30 RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	ĀRSTNIECĪBAS AUGI VESELĪBAI UN SKAISTUMAM - RUDENIM UN ZIEMAI	Nodarbību laikā kursu dalībnieki tiks iepazīstināti ar ārstniecisko augu enerģētiku, ievākšanu, uzglabāšanu. Dalībnieki apgūs prasmes izmantot augu receptes savai veselībai. Zināšanas tiks papildinātas ar daudzveidīgu recepšu klāstu un homeopātiskajiem palīg līdzekļiem praktiskai ikdienas lietošanai – šoreiz rudens un ziemas periodam. Lektore: Māra Selecka, farmaceite	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	3	EUR 5,52
IV. PSIHOLOĢIJA						
01.11., 15.11., 29.11., 13.12.	18.00 - 21.00 Rīgas J. Poruka vidusskola, Gaujas ielā 23 (Čiekurkalns)	PSIHOLOĢISKAIS PORTRETS UN PAŠANALĪZE, IZMANTOJOT DZIMŠANAS DATUS (4. -7. nodarbība)	Skaitļi – tā ir enerģija. Protot to izlasīt un saprotot cēloņus, mēs varam mainīt savu attieksmi. Tas sniedz atbildes uz jautājumiem, kāpēc esam tādi, kādi esam, kāpēc es konkrētā situācijā rīkojos tā, bet apkārtējie – kaut kā savādāk. Datums slēpj cilvēka rīcību, bet mēnesis – rīcības motīvus. To zinot, mēs varam uzlabot savstarpējo komunikāciju gan ģimenē, gan darbā. Zināšanas rada izpratni, kas palīdz pieņemt atšķirīgo, izmainot attieksmi. Lektore: Vineta Riekstiņa, Mg. cilvēkresursu vadībā, numeroloģe	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Inga Liepniece, 67105544 Inga.liepniece@riga.lv	16	EUR 29,44

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



10.11.	18.00-20.30 Rīgas Valda Zāliša sākumskola Kalpaka bulvāris 8 (Centrs)	BĒRNA PAŠAPZIŅA	Kursu ietvaros paredzēts gan teorētiskais apskats, gan arī diskusija par to, kas ir cilvēka pašapziņa, kā tā veidojas, ietekmē cilvēka personību, garīgo un fizisko veselību. Nodarbības laikā tiks akcentēti arī tas, cik ļoti būtiski jau bērnā mērķtiecīgi veidot un attīstīt bērna pašapziņu, to paaugstinot, lai turpmākajos dzīves pavērsienos viņš prastu pateikt apzinātu JĀ vai NĒ! Lektore: Inese Matvejeva-Gerena, mg, oc	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	3	EUR 5.52
16.11., 23.11.	18.00 - 20.30 Ilģuciema vidusskola, Dzirciema iela 109 (Ilģuciems)	MANAS ĢIMENES SAITES	Kursu dalībniekiem būs iespēja uzzināt vairāk par tiem procesiem, kas apzināti vai neapzināti ietekmē partnera izvēli un attiecību modeli, ko mantojam no saviem vecākiem, kā mūsu bērnības attiecības ar tēvu un māti ietekmē to ģimeni, kuru veidojam paši, kāpēc rodas domstarpības sievas un vīra attiecībās par pienākumiem, naudu un bērnu audzināšanu ģimenē. Dalībnieki varēs teorētiski un praktiski iepazīties ar Berta Helingera sistēmisko ģimenes izvietojuma metodi un gūt izpratni par dzimtas lomu savas personības attīstības virzībā. Lektore: Maira Bluša, psihologs	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	6	EUR 11.04
07.12., 14.12.	18.00 - 20.30 Ilģuciema vidusskola, Dzirciema iela 109 (Ilģuciems)	SIEVIETES UN VĪRIEŠA LOMA ĢIMENĒ	Ģimene ir kā kopjams dārzs: ar pavasara asnu dīgšanas brīnumu, vasaras rūpēm par katru stādu un rudens ražas laika svētību. Programma ir paredzēta, lai cilvēki varētu pārrunāt un apzināt tās lomas un	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Kitija Čipāne, 67105546 kitija.cipane@riga.lv	6	EUR 11.04

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			pieņēmumus, kurus realizē savas ģimenes ietvaros: vīrs – sieva, tēvs – māte, meita – dēls u.c. Kā vairot savu dzīves enerģiju un dzīves kvalitāti attiecībā ģimenē, vienlaicīgi rādot piemēru arī saviem bērniem. Pārrunātu, kā sievišķo un vīrišķo enerģiju mijiedarbības principi ģimenē ietekmē vecāku un bērnu personības attīstību: kas jāņem vērā, audzinot ģimenē dēlu, kas - meitu. Lektore: Maira Bluša, psihologs			
V. INFORMĀCIJAS UN KOMUNIKĀCIJAS TEHNOLOĢIJU PRASMES						
10.11., 17.11., 24.11.	18.00 - 20.30 RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	IESPĒJAS DARBĀ AR DATORU	Datorkursos tiks apskatītas iespējas strādāt ar MS Office programmām: MS Word, MS Excel un MS Powerpoint, to pamatnozīmi, atšķirībām un lietošanu. Nodarbības praktiski tiks strādāts ar E – pastu: lietotāja konta izveidi, elektroniskās vēstules nosūtīšanu un saņemšanu, attēlu, dokumentu un citu datņu augšupielādi, lejupielādi. Dalībnieki tiks iepazīstināti ar mākoņpakalpojumu izmantošanu: lietotāja konta izveidi, attēlu, dokumentu un Interneta izmantošanu. Tiks apskatītas Interneta lietošanas iespējas darbam ar datoru vai kādu citu viedierīci. Programma iepazīstinās ar elektroniskajiem bankas pakalpojumiem, rēķinu apmaksas iespējām i-bankā. Programma papildinās kursu dalībnieku zināšanas un prasmes par iepirkšanās iespējām internetā. Dalībnieki uzzinās par privātuma politiku, datu drošību, lietojot	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	12	EUR 22,08

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem

2016. gada novembrī - decembrī



			internetu.			
			Lektore: Sandra Graudiņa, RIIMC lektore			
01.12., 08.12. 15.12.	18.00 - 20.30 RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	VIDEO VEIDOŠANA UN MONTĀŽA	Datorkursos būs iespēja iepazīties ar programmu Windows Movie Maker , kura piedāvā vienkāršas iespējas video veidošanai. Kursu dalībniekiem, kuriem patīk filmēt un skatīties savus radītos video, būs iespēja iepazīties ar programmas iespējām. Nodarbībās tiks veidots video materiāls, apgūtas prasmes video failus importēt un eksportēt. Lektore: Sandra Graudiņa, RIIMC lektore	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	12	EUR 22,08
VI. UZŅĒMĒJDARBĪBA UN PERSONĪBAS ATTĪSTĪBA						
24.11.	18.00 - 20.15 RIIMC, Kaņiera iela 15 (Ķengarags)	KĀPĒC IR SVARĪGI SAPRAST, KAS IR "PAŠNODARBINĀTA PERSONA"?	Kursa mērķis ir iepazīstināt dalībniekus ar pašnodarbināto personu darbības veidiem un nodokļu sistēmu. Izskaidrot pašnodarbinātas personas - individuālā darba veicēja un saimnieciskās darbības veicēja statusu, nodokļu sistēmu un atšķirību sociālo pabalstu saņemšanā. Sīkāk tiks izskaidrots, kas ir pašnodarbinātas personas statuss, tās reģistrācija un nodokļi, pašnodarbinātais un sociālās garantijas. Lektore: Inese Briekmane, grāmatvede	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Sandra Cīrule, 67105579 Sandra.Cirule@riga.lv	3	EUR 5,52

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem 2016. gada novembrī - decembrī



VII. SPORTS UN PAŠAIZSARDZĪBA

Pirmdienās: 14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12., 19.12. Trešdienās: 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12., 21.12.	19.00-20.30 (pirmdienās) 19.30-21.00 (trešdienās) Rīgas J. Poruka vidusskola, Gaujas ielā 23 (Čiekurkalns)	PAŠAIZSARDZĪBA SIEVIETĒM/ LADIES SYSTEM DEFENSE Pašaizsardzība sievietēm vai <i>Ladies System Defense</i> piedāvā paš aizsardzības treniņus un nodarbības sievietēm. Apmācību tehnika ir adaptēta visām vecuma kategorijām, visiem priekšzināšanu līmeņiem un jebkuram fiziskās attīstības līmenim. Ar paš aizsardzības nodarbību palīdzību mēs dodam iespēju sievietēm iepazīt, kā sevi aizsargāt pret tiem, kas uzskata uzbrukumu kā normatīvo aktu. Pašaizsardzības sistēma sievietēm dod iespēju mācēt apiet bīstamu situāciju, rast risinājumu tai un, ja nepieciešams, atbildēt uzbrukumam, cienot krimināllikuma kodeksa pantus, jo zināt aizstāvēties nozīmē arī zināt un saprast fināla rezultātu un tā sekas. Darīt visu iespējamo, lai saglabātu mieru, kontrolētu savas emocijas, bailes, reaģētu piemēroti situācijai un pielietotu savas prāta spējas. Lektors: Māris Repšs, Kodokan/Šidokan Džudo - Džiu Džitsu Melnā Josta 5 Dans, Orjentalo Pireneju Reģiona Iekšlietu Ministrijas Oficiālais konsultants (Francija)	http://riimc.lv/lv/riga-iedzivotajiem/kursi Inga Liepniece, 67105544 Inga.liepniece@riga.lv	24	EUR 44.16
---	--	--	--	------------------	-------------------------

**Izmantotas fotogrāfijas no kursu lektoru arhīviem, kā arī no internetā publicētām vietnēm.*

Kursu noslēgumā tiek izsniegta RIIMC apliecība! Maksājot par kursiem, iespējams izmantot internetbanku, pirms kursu norises rekvizīti tiks nosūtīti uz dalībnieku e-adresēm.

Rīgas Izglītības un informatīvi metodiskais centrs,

Pieaugušo neformālās izglītības kursi Rīgas iedzīvotājiem 2016. gada novembrī - decembrī



Tālruņi informācijai: 67105579; 67105546, 67105544; 67105547