

Psiholoģiskā atbalsta nodaļas nodarbību grafiks 2021.gada 1.pusgamam

UZMANĪBU! Tabulā zemāk ir piedāvātas psiholoģiskā atbalsta grupu nodarbības un apmācību programmas nodarbības, kuras ir plānotas vadīt klātienē, ja to ļaus epidemioloģiskā situācija valstī uz pirmo nodarbību norises datumu.

Latgales reģions:

Nodarbību norises vieta: **Daugavpils, Piekrastes ielā 23, kab.16**

Nr.	Psiholoģiskā atbalsta sniegšana (grupā)	Nodarbību mērķis	Nodarbību ilgums, st.	Datums	Sākuma laiks
1.	Psiholoģiskā atbalsta grupa „Es izvēlos būt laimīgs (-a)” Kurss ietver 5 nodarbības. Nodarbību biežums - 1 nodarbība x mēnesī	1. Veicināt sevis izzināšanu (savu interešu, vēlmju un vērtību apzināšanās un to analīze) 2. Pašregulācijas metožu apgūšana 3. Informēt par pašsajūtas uzlabošanas paņēmieniem. Veicināt jaunu ieradumu ieviešanu. 4. Izdegšanas sindroma profilakse un dzīves kvalitātes uzlabošana	2	26. maijs (1.nodarbība) Turpmāko nodarbību datumi un laiki pēc vienošanās ar grupu. Grupu vada psiholoģe Ilona Žodžika	10:00
2.	Palīdzības grupa ar mākslas terapijas elementiem . Kurss ietver 5 nodarbības.	1.Emocionālās spriedzes mazināšana 2.Traumatiskās pieredzes pārstrādāšana 3.Sevis izzināšana	2	11.maijs (1.nodarbība) Turpmāko nodarbību datumi un laiki pēc vienošanās ar grupu. Grupu vada psiholoģe Violeta Rimko	10:00

Vietu skaits grupās ir ierobežots.

Sīkāku informāciju par kādu no apmācības programmām var uzzināt zvanot pa tālruniem 67829867, 26369561. Lai pieteiktos nodarbībām vai pieteiktu nodarbības dienesta vietā, lūdzu, rakstiet uz e-pastu violeta.rimko@iem.gov.lv vai ilona.zodzika@iem.gov.lv vai zvanot uz norādītiem tālruniem. Pēc iepriekšēja pieprasījuma, noslēdzot apmācību programmu, tiks izsniegtas apliecības par apmācības programmas noklausīšanos.