

Treņņa nometnes darba kārtība

Nometne - divvalodīga: brīvi lietojam latviešu un krievu valodas!

Noteikumi:

- no piedalīšanās nodarbībās, vingrošanām un mocībām ar moku rīkiem neviena neizvairās!

- smagu alkoholu nelietojam vispār un nemaz!!! Šī nometne - ir darbs!!!

SADZĪVES ĒRTĪBU NOMETNĒ NAV! DUŠU VIETĀ - BUĻĻUPE UN LIELUPE.
TUALETE - SAUSĀ, LAUKU.

Nometne tiek rīkota 6. reizi

- ☉ Pēc katras galvenās aktivitātes paredzēts laiks to novērtēšanai, dalībnieku diskusijai.
- ☉ Atsevišķas programmas daļas var mainīties atkarībā no grupas lieluma, laika apstākļiem un citiem faktoriem.
- ☉ Lūdzam nodarbību vadītājus noteikti sagatavot divus nodarbību norises variantus: ārpus telpām un zem jumta.

*Laika apstākļu prognoze 23-25.08.2013.g. (http://www.orai.tv/orai_rygoje)
piektdienā +17+19; sestdienā naktī +12+14, dienā +18+20; svētdienā naktī +11+13
dienā +19+21; apmācies un brīžiem saulains, lietu nesola. (Ticēt vai neticēt – visu redzēsīm uz vietas, bet par apgērbu parūpējieties pēc savas ticības uz meteorologiem.)*

**ĻOTI NOPIETNI LŪZDU IZLASĪT VISU LOGISTIKAS INFORMĀCIJU
ZEM TABULAS !!! NOPIETNI !!!**

Darba kārtība

Piektdiena 23. augusts

| Laiks | Atbildīgie | Tēma |
|-------------------------------|------------------------|--|
| 14.30 -18.00 | Aleksandrs Molokovskis | Iebraukšana, iekārtošanās, uzkodas, norēķini. |
| 18.00 – 18.30 | Agita Sēja | Iepazīšanās aktivitāte – dalībnieki iepazīst viens otru. |
| 18.30 - 19.30 | Kristīne Bobkova | Spēle. |
| 19.30 – 21.00 | Olga Strogonova | Aktivitātes no medmāsas. |
| 21.00 -..... 21.15 – 21.30 | Agita Sēja | Vakariņas. Vakara pasaciņa. |

Sestdiena 24. augusts

| | | |
|-------------------------------|--------------------------|--------------------------------|
| 7.45 - 8.15 | | Celšanās, rīta tualete. |
| 8.15 – 9.00 | Daina Sokura | Rīta vingrošana, nūjošana |
| 9.00 – 10.00 | Agita Sēja | Brokastis. |
| 10.00 – 12.00 | Alīna Gumeņņikova | Jauniešu aktivitātes visiem. |
| 12.00 - 13.00 | Kristīne Bobkova | Večuku aktivitātes visiem. |
| 13.00 - 14.15 | Agita Sēja | Pusdienas. |
| 14.15 - 14.30 | Olga Strogonova | Pēcpusdienas vingrošana. |
| 14.30 - 16.30 | Alīna Gumeņņikova | Jauniešu aktivitātes visiem. |
| 16.30 – 17.00 | Agita Sēja | Launags. |
| 17.00 – 19.30 | Vjačeslavs Šellars | Kaut kas ļoti nopietns |
| 19.30 – 21.30 | Olga Strogonova | Aktivitātes no medmāsas. |
| 21.30 - 21.45 – 22.00 | Agita Sēja Kurš vēlās | Vakariņas. Vakara pasaciņa. |

Svētdiena 25. augusts

| | | |
|---------------|---------------------------|------------------------------|
| 7.45 - 8.15 | | Celšanās, rīta tualete. |
| 8.15 - 9.00 | Daina Sokura | Rīta vingrošana, nūjošana. |
| 9.00 - 10.00 | Agita Sēja | Brokastis. |
| 10.00 - 12.00 | Jaunatne pret AIDS | Jauniešu aktivitātes visiem. |
| 12.00 - 13.30 | Vjačeslavs Šellars | Kaut kas ļoti nopietns. |
| 13.30 - 14.30 | Agita Sēja | Pusdienas. |
| 14.30 - 14.45 | Agita Sēja | Pēcpusdienas vingrošana. |
| 14.45 - 15.30 | Vjačeslavs Šellars | Kaut kas ļoti nopietns. |
| 15.30 - 16.00 | Aleksandrs Molokovskis | Noslēgums, norēķini. |
| 16.00 - | visi | Sakopšanās, aizbraukšana. |

Vingrošana: Būtu labi, ja katram dalībniekam būtu tūrista paklājiņš uz kura atgulties, bet tas nav obligāti, var izlīdzēties ar kādu apģērba gabalu, ko paklāt zālē. Tā kā ir paredzētas arī nodarbības ūdenī, ja nebūs pārāk auksti – **lūdzu visus atbraukt ar peldlīdītām un dvieļiem!**

Nūjas ir sagādātas! Lūdzu izvēlieties piemērotus apavus!

Gultas veļai jābūt savai līdzī! Ja kādam patīk guļammaisi vai arī teltis - tas viss ir mūsu nodrošināts! (Bet varat ņemt savus un bija 2 gadi, kad visi nakšņoja zem jumta - ir 2 mājas bez ērtībām).

Transporta izdevumi – lūgums NOTEIKTI ņemt degvielas čekus, transporta biļetes un kvītis no taksistiem! Naudas izmaksām vajadzīgi pamatojumi grāmatvedībā! Diegvielu čeki var būt ar jūlija beigu vai augusta jebkādiem datumiem. Rekvizīti nav vajadzīgi!

Vispirms apmaksāsim nokļūšanu uz Vārnukrogu **ar taksi no Babītes stacijas** (tur ir stāvvietā ar telefona numuru takša pasūtīšanai, uz Babīti nokļūstam ar vilcienu vai 4. un 13. autobusu) **vai no Imantas-5** (autobusi Rīgā 37., 41. no Esplanādes vai 21. no Juglas caur centru, pietur pie Stockmann 13. janvāra ielā; izkāpt vienu pieturu pirms galapunkta (Tirdzniecības centrs ar veikalu “Drogas”), ja nenovaktēsiet šo pieturu, tad nākamā ir pēc 50 metriem - dispečerpunkts (Maxima). Pie tirdzniecības centra ir takšu stāvvietā. Varat arī izsaukt telefoniski.

Tad skatīsimies, ko varēsime apmaksāt tālāk – iepriekšējos gados naudas pietika visiem, arī tiem, kuri bija ar savām mašīnām! Pilnus maršrutus ar taksi no Rīgas centra vai pretējām malām NEapmaksāsim pilnībā noteikti!!!

Tad braucām uz Vārnukrogu. **Galvenais – neļaujam taksistam nogriezties pa labi uz grezno villu rajonu mežā, ir noteikti jāpabrauc garām ceļazīmei “JŪRMALA”** - jo Vārnukrogs ir Jūrmalas šaipusē, nepārbraucot Lielupi! Izkāpjām ārā Vārnukroga sākumā - neliels celiņš pa labi un ceļazīme, kas vēstī, ka te ir vasarnīcu kooperatīvs Vārnukrogs. Tepat pie asfalta ceļa jau arī būsim. Gadījumā, ja pašaujāt garām un aizbraucāt līdz veikalam (to nevar neatpazīt!), tad apgriezieties un brauciet nedaudz atpakaļ.

Aleksandra telefons būs ieslēgts un tā numurs ir 26062077. Vienmēr varat zvanīt, arī tuvojoties Vārnukrogam, lai izeju uz ceļa Jūs satikt un apmaksāt Jūsu taksi!

Uz tikšanos Vārnukrogā!

Biedrība “Apvienība HIV.LV”