

Nometnes programma

1.diena

5.augusts

10:00- Ierašanās

10:30-11:00- Nometnes atklāšana un iepazīšanās (Inga Zviedre, Tija Žvagina)

11:00-12:30- Stāsts par dzīvi bez atkritumiem un par to, kā tas ļauj ietaupīt laiku, naudu un enerģiju. Andis un Laura Arnicāni, zaļa dzīvesveida bloga "Seek the simple" autori

12:30-13:30- Zobu pastas gatavošanas meistarklase. Andis un Laura Arnicāni

13:30-14:00 - Pusdienas

14:00-17:00- Sieviete un sievišķīgās pārvērtības. Sievišķīga iedvesma. Pārtašanās. Nodarbību vada "2 Pāvi" (liepājnieki - Līga Kesus Zēgelniece un Mārtiņš Kesus)

17:00 - 18:00 Dzīve kā dejas. Nodarbību vada deju pedagoge Līga Kuba

18:00-19:00 Vakariņas

19:00-20:30 "Par sveci zem pūra..." - sarunas, stāsti pie ugunskura.

20:30 - Sadziedāšanās ar Vinetu Krēsliņu, pirti iešana (būs pieejama mobilā pirts)

2.diena

6.augusts

8:00-9:00 - Rīta vingrošana. Nodarbību vada Māris Valainis, biedrības "Aborieši" un Lubānas novada sporta dzīves virsaitis.

9:00 - 10:00 - Brokastis

10:00 - 12:00 - Sievietes personības un profesionālā izdegšana. Nodarbību vada psiholoģe Iveta Aunīte

12:30-14:00 - Veselīgu saldo superēdienu meistardarbnīca no bioloģiskām sastāvdaļām. Darbnīcu vada grupas "Daba san" mūziķis Reinis Grants

14:00-15:00 - Nometnes sajūtu izpaušana krāsās (Lidija Mičule, Ilze Priedniece)

15:00 - 16:00 - Nometnes noslēgums.