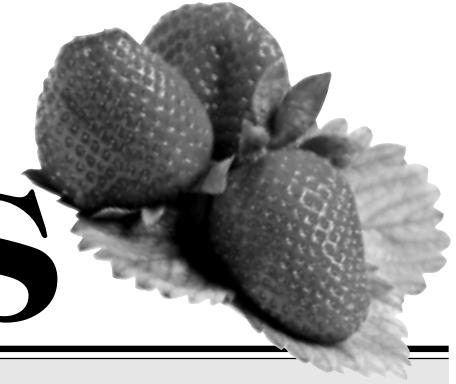




# Vaduguns



Piektdiena ● 2015. gada 10. jūlijs

CENA abonentiem 0,53EUR  
tirdzniecībā 0,65EUR

Audzē zemenes

3.



## Īsziņas

### Gūst labus panākumus

Labas ziņas saņemtas no XI Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkiem Rīgā. Finālā Balvu Mūzikas skolas pūtēju orķestris, ko vada Egons Salmanis, izcīnīja 2. vietu, atpaliekot no 1.vietas ieguvēja tikai par 0,25 punktiem. 2. vieta arī Lindas Vitolas vadītajam Tilžas vidusskolas 5.-8 .klašu korim. Skolēni un skolotāji ir gandarīti, ka ieguldītais darbs nesis panākumus.

### Rādīs televīzijā

Televīzijas raidījumā "Izglītība un karjera" Latvijas nacionālajā visapraides kanālā "Re:TV" mūspuses svētku dalībniekus varēs redzēt svētdien, 19.jūlijā no pulksten 19.30 līdz plkst. 19.45, kā arī trešdien, 22.jūlijā no plkst.10.30 līdz plkst. 10.45. Internetā to varēs skatīties izglītibaunkarjera.lv un viss.lv.

### Sporta spēles cilvēkiem ar īpašām vajadzībām

11.jūlijā plkst.10.00 pie Viduču pamatskolas atklās sporta spēles cilvēkiem ar īpašām vajadzībām. Invalīdu sporta un rehabilitācijas kluba "Medņeva" vadītājs Aivars Tūcīs informē, ka sportisti no Limbažiem, Valkas, Cēsim, Valmieras, Gulbenes, Alūksnes, Balviem un citiem Latvijas novadiem sacentīsies 7 sporta veidos. Sporta spēļu uzvarētāju apbalvošana orientējoši notiks plkst. 17.00.

### Lauku labumu tirdziņš

#### Viļakā

18.jūlijā no plkst. 8.00 līdz 11.00 norisināsies Lauku labumu tirdziņš Viļakā, Klosteru ielā 1, laukumā pie bijušās klostera ēkas. Tirdziņu aicināti apmeklēt pirkt gribētāji, kā arī pārdot gribētāji - amatnieki, mājražotāji, stādaudzētāji, rokdarbnieki, sezonas dārzenu un ogu pārdevēji (pieteikties līdz 17.jūlija plkst. 17.00).

## Paziņojums

**14.jūlijā no plkst. 9.00 līdz 13.00 Viļakā,** Klosteru ielā 1,  
**DONORU DIENA.**

*Katram donoram jāuzrāda arī savs bankas konta numurs.*



● Viņas melo labāk...  
Ciemojamies seriāla filmēšanas laukumā

● Koku ieskautas lauku viensētas  
Kā dzīvo Jaudis Briežuciema pagastā?

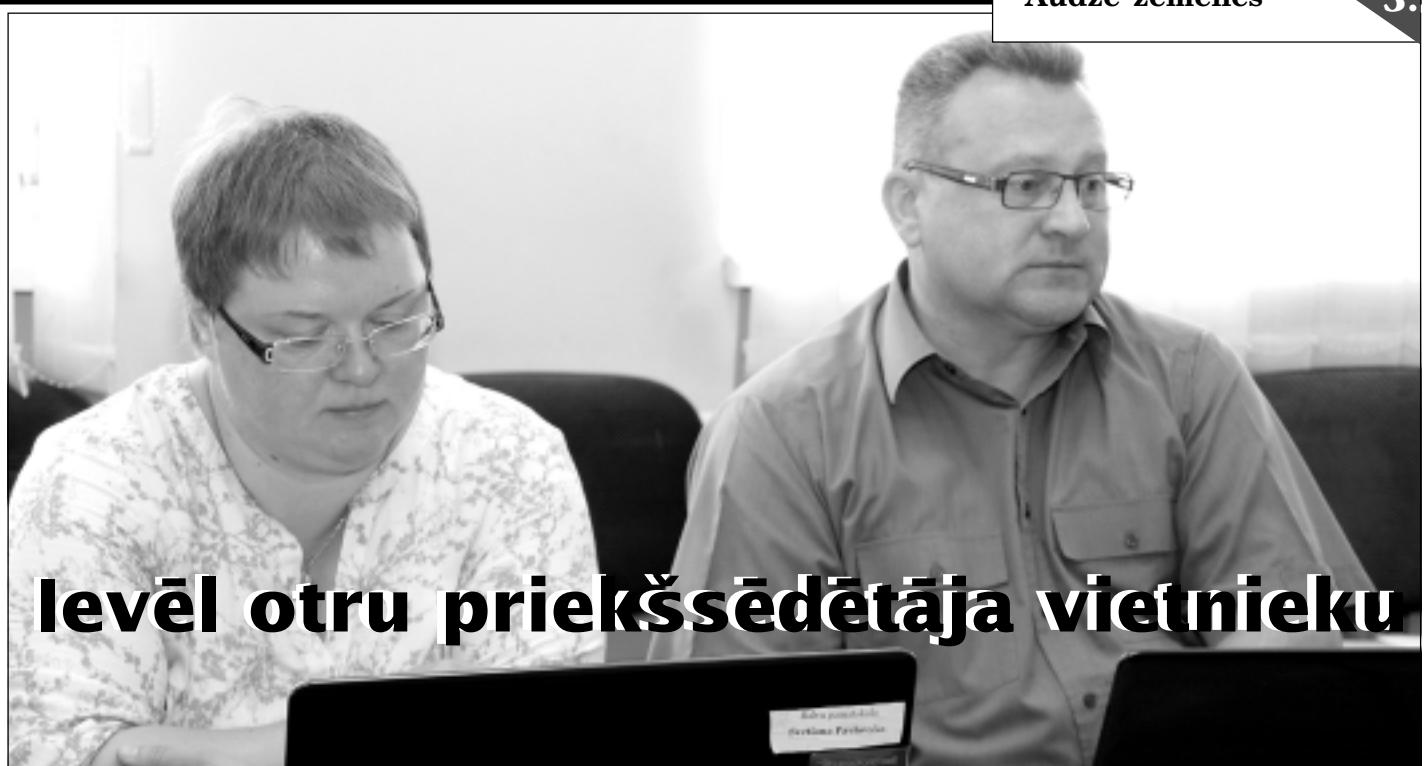


Foto - E.Gabranovs

## levēl otru priekšsēdētāja vietnieku

**Domes sēdē.** Jaunievēlētais Balvu novada domes priekšsēdētāja vietnieks Ēriks Ločmelis pildis tādus pašus darba pienākumus kā bijušais vietnieks Normunds Dimitrijevs. Jāpiebilst, ka Ē.Ločmelim pēdējā darba diena pašvaldības policijā būs 16.jūlijs. Turpmāk pašvaldības policijas priekšnieka pienākumus līdz policijas priekšnieka iecelšanai amatā pildīs vecākais inspektors Inguss Koļcovs, saņemot piemaksu 30% apmērā.

Edgars Gabranovs

**Vakar Balvu novada domes sēdē par domes priekšsēdētāja vietnieku ievēlēja pašvaldības policijas priekšnieku Ēriku Ločmelī.**

Jau domes sēdes sākumā deputāts Valdis Zeltkalns rosināja papildus darba kārtības 32.jautājumā nevis lemt par otra vietnieka ievēlēšanu, bet par šīs šata vienības likvidēšanu, lai ietaupītos līdzekļus novirzītu pašvaldības izpilddirektora vietnieka amata izveidošanai. "Šads cilvēks novadam ir daudz nepieciešamāks," viņš uzstāja. Arī deputāts Pēteris Kalniņš sprieda, ka tik mazai pašvaldībai nav nepieciešami divi domes priekšsēdētāja vietnieki. Neskatoties uz opozīcijas iebildumiem, pozīcijas deputāti nolēma jautājumu izskatīt, turklāt kā pirmo, jo deputātam Vilnim Dzenim bija jāsteidzas projām. Novada domes priekšsēdētājs Andris Kazinovskis klātesošajiem atgādināja, ka līdz šim domē bija divi vietnieki: "Diemžēl Normunds Dimitrijevs vairs nav starp mums - turpināsim ievērot koalīcijas līgumu un pārstāvniecības principu no partijām."

Ēriks Ločmelis, lūgts izteikties, atzina, ka gatavs uzsākt darbu jaunajā amatā. Pirms balsojuma deputāte Sarmīte Cunska neslēpa sašutumu par, viņasprāt, nekorekto pozīcijas rīcību: "Pirmkārt, šis jautājums nav apspriests, tikai iekļauts papildus darba kārtībā. Otrkārt, pašreizējā novada vadība neieklausās kolēgos un uzspiež savu viedokli visiem kā vienīgo un pareizo. Vadība acīmredzot jūtas pašprietekama un varena. Treškārt, mēs neesam pret Ēriku Ločmeli, bet pret amatu."

Galareztātā V.Zeltkalns, P.Kalniņš un S.Cunska demonstratīvi atteicās piedalīties balsojumā. "Par" balsoja A.Kazinovskis, A.Kindzuls, I.Baranovs, A.Pušpurs, J.Boldāns, D.Usins, S.Pavlovska, V.Dzenis, Ē.Ločmelis. "Pret" – I.Nikuljina. A.Kazinovskis, jautāts par opozīcijas iebildumiem, paskaidroja, - nav taisnība, ka būtiski jautājumi parādās tikai papildus darba kārtībā: "Šo jautājumu esam ilgstoši apsprenduši. Kāpēc jautājums parādījās papildus darba kārtībā? Arī Ēriksam nebija viegli pieņemt lēmumu." Opozīcijas atteikšanos piedalīties balsojumā novada vadītājs vērtēja negatīvi: "Vienam pret otru jābūt tolerantiem un jāizrāda cieņa. Tas nav labākais izpausmes veids."

**Gāzes balonu piegāde**  
Bezmaksas piegāde un uzstādišana

Zvaniet bezmaksas **1804**

**Gāzes balonu cenas**

50 L	27 L
<b>26,50 €</b>	<b>14,00 €</b>

Pasūtījumu pieņemšana pa bezmaksas tālruni: **1804**



## Paziņojums

**Sludinājumus, reklāmas ar 13.augustu pienems no plkst. 9.00 līdz plkst.17.00**

**Atgādinām,** ka "Vaduguns" darbinieks **Viļakā,** Tautas ielā 6, nestrādās **līdz 24.augustam.**



28

ISSN 1407 - 9844

## Nedēļas jautājums

Zinaida Loginā

**8.jūlijā Saeimas ārkārtas sēdē Raimonds Vējonis, stājoties Valsts prezidenta amatā, nodeva svinīgo solijumu. Ko Jūs gaidāt no jaunā prezidenta?**



**JURIS no Balviem:** -Iši sakot, gribētos tikai vienu- lai viņš strādā tautas labā! Lai atrisina algu jautājumus, jo senāk pats saņēmu algu aploksnē. Kādi tur nodokli, kāda runa par vecuma pensijām? Tagad gan pats nesūdzos, viss ir normāli. Dzirdēju, kā vecmamma sūdzas, ka pensija varēja būt lielāka,- par to jādomā prezidentam. Jāsakārto izglītības jautājumi, tur

daudz neskaidrību. Man reizi gadā nākas pabūt medicīnās iestādēs, tāpēc uzskatu, ka medicīna valstī ir par dārgu.



**ILJA no Aluksnes:** -Kad prezidents nodeva zvērestu, tam sekoju līdzi televīzijā. Nodomāju, kaut nu Latvija ietu attīstības ceļu, lai ir pozitīvas pārmaiņas visās jomās, lai mūsu valsts ir attīstītāko valstu vidū. Būtu labi, ja algu pielikumu piedzīvotu skolotāji, arī karavīri, jo viņu rokās ir mūsu nākotne - bērni un drošība.



**ILZE no Gulbenes:** -Vēlos tikai vienu, lai prezidents Vējonis tur dotos solijumus, lai tur savu vīra vārdu! Dzirdēju viņa zvēresta nodošanu radio. Noteikti jācīnās par lielākiem bērnu pabalstiem māmiņām, arī seniori visu mūžu ir strādājuši. Vai viņi nav pelnījuši pensiju pielikumu? Neticu, kad saka

- naudas nav. Lai patukšo savas kabatas, lai ziedo, lai neceļ algas tikai deputātiem. Lai pienācīgu atalgojumu saņem visi.



**ANDREJS no Balviem:** -Es varētu visu ietilpiņāt vienā vārdā- stabilitātē. Tas ir ļoti svarīgi visiem cilvēkiem. Lielākas algas noteikti pelnījuši skolotāji, arī sporta treneri, jo tieši viņi ir tie, kas iemāca cīņas sparu, izturību, neatlaidību un citas labas išpāšības. Mums taču ir vajadzīga veselīga jaunā paaudze, vai ne? Vēl gribētu, ka valdība domātu par tādu jautājumu, lai bērniem nav jāuzturt vecāki. Nenoliegsim, vecākā paaudze pelnījusi pārtikušas vecumdienas.



**ANDRIS no Balviem:** -Zinu, ka valsts prezidents trešdien nodeva zvērestu, sekoju līdzi. Man Vējonim ticība ir, jo viņš savus labos darbus un zināšanas pierādi, strādājot par aizsardzības ministru. Viņš ir cilvēcisks, domāju, sapratis arī lauku ļaudis un tā saukto vienkāršo tautu. Pirmkārt, esot šajā augstajā amatā, jārūpējas, lai Latvijā tiktu sakārtota pensiju sistēma. Otrkārt, ne mazāk svarīgi ir ar valsts aizsardzību saistītie jautājumi. Jāstrādā būs daudz!

## MANA NEDĒLA

Nedēļa sākās pozitīvā noskaņojumā, jo iepriekšējās nedēļas nogalē piedalijos un pabiju vairākos pasākumos - gan Uzņēmēju dienā Balvos, gan motociklu saietā Madonā, gan Aviācijas svētkos Degumniekos. Pirmdien iegriezos Ziemellatgales Biznesa centrā, kārtojot darīšanas, kā arī, lai pateiktu paldies par lieliski organizēto pirmo Uzņēmēju dienu, kurā uzņēmēji labāk iepazina viens otru, bet pasākuma apmeklētāji mūs - uzņēmējus un uzņēmumus, kuri darbojās pilsētā. Prieks, ka daudzi apmeklētāji iegriezās arī mūsu "Rokdarbu bodītē", redzēja mūsu rokdarbus. Saņēmām jaunus pasūtījumus, tādēļ šonedēļ, citīgi strādāju pie pasūtījumu izpildes. Cilvēki aizvien vairāk izvēlas roku darinājumus, it sevišķi maziem bērniem. Priecīgs notikums šonedēļ sagaidīts arī mūsu mazajā kolektīvā. Kolēgei piedzima dēlinš. Sestdien došos uz kārtējo Zaļo tirdziņu, kur piedāvāšu savus rokdarbus.



**EVITA KAPTEINE**, i.k. "Zelta diegi" ipašniece

## No vēstulēm

**Dzīvojot pa īstam**  
(veltijums dzejnieci Venerandai Andžānei)

*Zeltainās smiltīs  
Kā krizantēmu ziedlapījās  
Izkaisīti gadi  
Atmiņās un darbos, -  
Vēja pūsti, viļņu apskaloti,  
Atstājuši  
Neizdzēšamas pēdas  
Dzīves krustceļš.*

*Praviešus neatzīst  
Dzimtajā pusē,  
Bet, kurš pirmais būs  
Bez grēka,  
Kurš akmeni cels?!*

*Vienīgi laiks  
Ir tiesīgs lemt,  
Kam mūžam būt,  
Bet  
Kam nebūtībā  
Mūžību kalt.*

*Ir pagājuši gadi  
Starp ērkšķiem un rozēm,  
Starp labo un jauno...  
Tikai stiprs gars,  
Spītējot liktenim,  
Paceltu galvu  
Savu smago krustu nes,  
Redzot debesis,  
Nevis dubļus zem kājām.*

*Bet sirds, -  
Sirds aizvien jauna  
Pukst krūtis  
Dzerot šo dzīvi  
Kā saldi rūgtā vīna kausu,  
Dzīvojot pilnu krūti,  
Dzīvojot kaisli, -  
Dzīvojot pa īstam!*

**LĪGA SLIŠĀNE**

### Patiesība "kož" acīs

Mani neapmierina, ka mana vēstule par bijušajām saimniecībām publicēta saisinātā variāntā. Vai atkal kārtējā cenzūra? No kā mēs baidāmies? Vai paši no sevis? Tā bija patiesība, tā ir mūsu pagātnē. Tolaik nebija ne narkomānu, ne invalidu. Lai man piedod "Vaduguns" redaktors par maniem vārdiem, bet es redzu, ka patiesība kož acīs. Tāpat arī bija ar pirmo vēstuli, kas neieraudzīja dienas gaismu. Man būtu ko rakstīt, bet man ir nolaudušas rokas - gan par pensijām, gan par baznīcu nakti. Varbūt mana domāšana ir pagātnes forma, bet, kāpēc pensionāriem jārīko kaut kāds pikets, ja viss ir labi? Šajā jautājumā ir jāmaina pensiju sistēma. Cik saņēma lauku strādnieks padomju laikos? Dažus grašus, bet tagad katrs *darmajeds*, piedodiet par izteicienu, saņem to pašu, ko cilvēks, kurš sūri grūti strādājis. Kur šeit ir meli, kur patiesība? Vai atkal kārtējā cenzūra? Jāpaļaujas vienīgi uz to Kungu! Mans jautājums: "Par ko lai es rakstu vēstules, ka viss ir labi?" Bet mēs nedrīkstam aizmirst savu pagātni, tā bija visas tautas ciešanas, mēs bijām vergi savā zemē. Vēl būtu daudz ko rakstīt, bet tad tas būtu romāns, nevis vēstule.

**IVARS ŽUGS Rugājos**

### Kāda tam jēga?

Dūšu šķebina dažādu valstsvīru un pašvaldību vadītāju izteikumi par Latvijas teritoriālo dalījumu, par novadiem. Uzskatu, ka vēsturiski Latvijā bijuši un joprojām pastāv Latgales, Zemgales, Kurzemes un Vidzemes novadi. Situācija šobrīd ir ačgārna, jo pat miesti lepni lielās, ka ir novadu statusā. Vai tas nešķiet smiekligi, turklāt nelogoiski? Vai nevienam prātā nav ienākusi doma panemt vārdnīcas, tās pāršķirīt un atrast pašvaldību teritorijām

**PĒTERIS Balvovs**

**Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: vaduguns@apollo.lv**

**Automātiskais atbildētājs**  
**64520961**



**Hallo!**

Uzņēmējs Guntars Šults uzskata, ka Uzņēmēju dienai Balvos bija liels pluss - iegūti jauni kontakti, iepazīti citi uzņēmēji, bija iespēja izrunāt, kā biznesa cilvēkiem veicas citās jomās. Katra jauna tikšanās, viņaprāt, ir arī jaunas zināšanas un iespējas.

Kāda sieviete no Madonas pauða prieku, ka, iebraucot Balvos, ierauga sapostu pilsētu ar ziedošiem kubuliem, dobēm, laternu stabiem. Viņasprāt, ziedi rotā ikvienu māju, sētu, ziedi veldzē sirdi un dvēseli.

"Joprojām dzīvoju "Ķiršu dārza" redzēto izrāžu iespaidā! Žēl tikai, ka tik brīnišķīgas izrādes redzēja maz skatītāju. Biju ieradusies no kaimiņu pilsētas, paliku pie radiem un centos apmeklēt visas izrādes. Man teica, ka pasākums pie jums sakrita ar kapusvētkiem, tādēļ cilvēki izvēli izdarīja par labu tuvinieku kapu kopīju apmeklējumam. Ceru, ka arī nākamie teātra svētki Balvos notiks!" savu nostāju pauða Anita no Gulbenes.

Kāda balveniete izteica neapmierinātību ar to, ka Rozu kapusvētku dienā 4.jūlijā aptrūcies ūdens. "Aka atrodas netālu no manu piederīgo kapa, tādēļ nepārtrauktī bija dzir-

dams, kā, atsitoties pret akas grodiem, grab tukšais spainis. Mēs, balvenieši, varam ūdeni atnest no mājām, bet ko lai dara cilvēki, kuri atbraukuši no tālienes," jautāja sieviete. Viņa pastāstīja, ka citkārt ūdeni ar cisternu atveduši ugunsdzēsēji un iepumpējuši to akā, tāpēc bija nesaprāšanā, kāpēc "San-Tex" par to nav parūpējies šogad. Gan valsts ugunsdzēsēji, gan pašvaldības aģentūras vadītājs Uldis Sprudzāns neatminējās tādu faktu, ka ūdens uz kapiem būtu vests ar cisternu. U.Sprudzāns norādīja, ka netālu no kapiem ir ūdenskrātuve ar laipu, taču solīja sūdzību pārbaudit.

## Pieredze

# Zemeņaudzēšanas knifiņi, lai apsteigtu konkurentus

### Vizītkarte

**Zemnieku saimniecība "Srogas"** Alūksnes novada Jaunalūksnes pagastā

**Ražotnes:** augļukoku, dekoratīvo, puķu stādu audzēšana, zemeņu, plūmju un citu augļu ražošana

**Apsaimnieko:** aptuveni 100 hektāru platību

**Saimnieka Ivara Tica atziņa:** "Dārzkopība ir mana sirdslieta, kas acīmredzot nāk līdzī no seniem. Cenšamies iekarot savu tirgus nišu ar kvalitāti un apjomu, taču jārēķinās, ka konkurence tikai pieaug. Esam iekustinājuši savu vāveres *riteni*, un atpakaļceļa vairs nav. Mani gandarī jautājums, ko dzirdu maijā: kad būs zemenes?"

**Zemeņu laiks jau iet uz beigām. Taču pircēji Balvos var nesatrakties – vēl aptuveni mēnesi būs iespēja iegādāties sulīgas, skaistas un tiešām garšīgas zemeņogas, audzētas tepat netālu kaimiņos - Alūksnes novada Annā. Zemnieku saimniecības "Srogas" vārds mūspusē jau pazīstams. Rudeņos un pavasaros viņi brauc ar augļukoku stādmateriālu, arī puķu dēstiem, bet augustā šogad sola piegādāt plūmes. Viņu produkcijai laba slava un ievēriba. Ar saimnieka Ivara Tica atsaucību braucām lūkot, kur un kā aug tās gardās zemeņogas?**

### Brīva niša

Zemeņu audzēšanā saimniecība krājusi jau ilgāku gadu pierdzi un to uzskata par vienu no galvenajām ražošanas nozarēm. Taču Balvu puses pircēji šo produkciju iepazist un novērtē tikai tagad. Lauku uzņēmējs atklāj, ka tirgu paplašina pamazām, pirms tam pietika arī ar vietējo Alūksni, nedaudz ogu veda arī uz Rīgu. Viņš neslēpj prieku, ka faktiski mūspuse zemeņu noietam ir brīva tirgus niša, jo te ir visai dāsns pieprasījums. Acīmredzot Balvu novadā nopietnu zemeņu audzētāju joprojām nav, jo līdzšinējā pieredze liecina, ka ogu piedāvājums bija visai īsu laiku, un faktiski to pietrūka. Stimulu paplašināt tirgu dod arī no Polijas iestesto zemeņu tirdzniecība. Balvu tirgū zemeņogas šosezon veiksmīgi pārdom arī Gulbenes novada ogu audzētāji.

"Srogas" zemeņu platību aizvien paplašinājušas. Šosezon ogas aug 3 hektāros. Varbūt neizklausās pārāk daudz, taču viņi pielieto vairākus knifus, kad, netaupot ieguldījumus, tie atmaksājas ar ļoti bagātīgu ražu un galaiznākumā – ienākumiem. Zemenes aug atklātā laukā ar plēvi pārklātās divrindu slejās, ko laista. Visā platībā ierīkota speciāla ūdens padeves sistēma. Šim apstāklim, pārliecinājies lauku uzņēmējs, ir ļoti liela nozīme ogu ražošanā. Zemeņu laikā bieži vien ir sauss un karsts laiks, un nepietiekama mitruma dēļ iegūst mazas, neizskatīgas un arī ne pārāk saldas ogas. Bet "Srogas" produkcija ir gluži pretēja – lielas un saldas ogas. Protams, daudz ko nosaka arī šķirņu izvēle. Viņi devuši priekšroku 'Sonātei', kas ražo gardas un lielas ogas. Agro šķirņu ogas diemžēl tik saldas nemēdz būt. Laba šķirne ir arī 'Salsa', kas priecē ar lielām, sarkani spīdīgām un garšīgām ogām.

"Srogas" iemanījušās zemeņu pārdošanas laiku izstiept pat divarpus mēnešu garumā, pārdodot ogas visu vasaru. Kā gan tas izdodas? Te slēpj viens ļoti būtisks knifs. Katru sezonu viņi stāda saldētos zemeņstādus ar mērķi tos apmānīt, lai augi ražotu vēlāk. Tie ir parastie stādi, kuri laukā tagad izdzīvo aptuveni maija vidū - aug, zied un pēc tam ražos ogas. Šo efektu gan var iegūt tikai pirmajā gadā, nākampavasar lauks jau būs pielāgojies normālam dabas ritmam. Tas nozīmē, ka vēlās ražas ieguvei atkal stādis uz laiku *iemidzinātos* stādus. Agri pavasarī daļu zemeņlauku nosedz ar agroplēvi. Arī tas palidz iegūt agrāku ogu ražu.

### Ne mazāk par 3 eiro

Šogad pašas pirmās zemeņogas pārdeva par 8 eiro kilogramā. Pēc tam cena gāja uz leju. Acīmredzot zemāka par 3 eiro nebūs. I.Tics saka: "Mēs skatāmies tirgus situāciju un, zinot pašizmaksu, nosakām pārdošanas cenu. Trīs eiro, uzskatu, ir normāla mums pieņemamākā zemākā tirgus cena zemenēm. Gribam pieradināt pircējus, ka turpmāk ogas būs nopērkamas arī Balvos."

Kad beigsies ogu raža, zemeņu plantāciju turpinās laistīt un mēslot, jo tad ieriešas jaunie ziedpumpuri, kas nosaka nākamā gada ražu. Daudziem ir mānīgs priekšstats, ka zemenes vajag piebarot tieši pirms ražas. Tā vis nav, svarīgs knifs ir tās kopt, beidzoties ogām. "Srogas" zemeņu piebarošanai, atklāj saimnieks, lieto arī minerālmēslus, taču – saprātīgās devās. Caur laistišanu iedod arī biohumusu, kas nostiprina sakņu sistēmu.



**Lielas un skaistas.** Zemenes vienā vietā audzē aptuveni trīs, varbūt četrus gadus, atkarībā no šķirnes un ražotspējas. Pagaidām "Srogas" platībās vēl ir daudz roku darba, taču Ivara Tica plānos ir nākotnē to atvieglo. Zemeņu lasīšana varētu būt mehanizēta, kad cilvēki nestāigās pa lauku, bet vāks ogas, pārvietojoties ar platformu pa zemeņu lauku.



**Gudrs saimnieks rīkojas gudri.** Ivars Tics neslēpj, ka zemeņaudzēšanas knifus mācījies no drauga Igaunijā, kuram ir ļoti laba pieredze šajā jomā un kurš ogas ražo augstā limenī 40 hektāru platībā. "Jārēķinās, ka sākotnējie ieguldījumi ir ļoti lieli. Protams, ar laiku tie atmaksājas, taču tas nenotiek ātri," uzsver Ivars Tics.

### Ienaidnieku netrūkst

Zemeņu laukiem netrūkst arī ienaidnieku. Lai aizsargātos, noteikti jāierīko žogi. Citādi uz zemenēm nāks un lauku sabojās stirnas vai mežacūkas. Netrūkst arī citu nelūgtu ogu ēdāju – gliemeži, putni. Ir tik ķēl pirmās lielās ogas mest projām, ko nelāgi saknābājuši lidoņi. Šosezon daudziem zemeņaudzētājiem Latvijā lielus postījumus nodarija maijvaboļu kāpuri. Viņi apēd saknes, tādēļ zemenes iet bojā. Tā bez ražas paliek pat viss lauks. Ar šo problēmu saskārās arī "Srogas", taču viņi zina, kā problēmu atvairīt: lauki ir jāfrēzē un zemenes jāstāda pareizā vietā.



**Pārdevējs Balvos.** Vēriants Balvās ir veikls un atsaucīgs pārdevējs, kurš ieklausās arī pircēju jautājumos, labprāt pastāstot, kur un kā aug šīs gardās ogas.



**Vāc zemenes.** "Srogas" sezonas laikā strādā aptuveni 20 strādnieki. Agrā pavasarī viņi audzē un kopj puķu stādus, pēc tam vāc zemenes, tad lasa plūmes un rudeni strādā pie augļukokiem. "Mums darbi saplānoti tā, lai strādniekiem ir ko darīt ļoti garu sezonu," uzsver saimnieks.

M.Sprudzānes teksts un foto

## Īsumā

### Piedalās Eiropas čempionātā

Treneris Jānis Dokāns informē, ka no 26.jūnija līdz 28. jūnijam Kauņā notika Eiropas čempionāts svarbumbu celšanā. Sportisti cīnījās U-16, U-18 un veterānu grupās. No Rugāju sporta centra U -16 grupā svarbumbas cēla un 4.vietā ierindoja Līga Niedra. Latvijas izlases sastāvā startēja arī Edgars Prancāns no Rekavas vidusskolas. Viņš cīnījās vecākajā, U-18 grupā. Svara kategorijā līdz 73 kg divcīņā Edgars ieņēma 5. vietu un garajā ciklā - 2. vietu. "Tik liela mēroga sacensības Edgaram bija pirmās. Neizpalika liels uztraukums, kas jaunietim nejāva uzrādīt labākos rezultātus. U-18 jauniešu komanda kopvērtējumā ieguva trešo vietu, piekāpjoties Krievijas jauniešu izlasei un Lietuvas jauniešiem," stāsta Jānis Dokāns. Labi panākumi arī Sergejam Arbuzovam veterānu grupā. Viņš šajā Eiropas čempionātā izcīnīja godalgoto 3. vietu.

### Var pieteikties orientēšanās braucienam pa Latgali

Lielais orientēšanās brauciens "Rēzekne-Gulbene 2015", kas notiks no 1. līdz 2. augustam, ir kā radīts, lai izjustu senās Latgales smaržu, garšu un koloritu. Gulbenes Bānītis, Balvi, Latvijas lielākie ezeri – Lubāns un Rāzna, salām bagātākais ezers Baltijā, senākā Latvijas pilsēta Ludza, unikāli krucifiksi un neskaitāmi baznīcu torņi, kā arī Latgales augstākā virsotne ar augstāko koka skatu torni Latvijā– šādus un vēl daudzus citus unikālus fotomirkļus varēs iemūžināt savos fotoaparātos un atmiņās par šo neaizmirstamo braucienu. Būs orientēšanās pēc kartes, kontrolpunktu meklēšana pēc foto fragmentiem. Piedališanās ir pavisam vienkārša – jāizveido komanda no vismaz diviem cilvēkiem, jāsagatavo vieglais automobilis, kā arī digitālais fotoaparāts kontrolpunktu fotografēšanai. Noderēs arī brauciena reģiona karte. Komandas dalīs 2 klasēs – A+ -profesionālu klase un A, kas nozīmē, ka uz goda pjedestāla varēs tikt arī iesācēji. Vairāk informācijas [www.brauciens.lv](http://www.brauciens.lv).

### Sāksies "Balkanu aplī"

Svētdien Viļakas novada Šķilbēnu pagastā notiks tautas skrējiena "Balkanu aplī" 1.kārta. Dalībnieku reģistrācija būs no plkst. 11.30, bet sacensību sākums pulksten 12.00. Trases garumi būs no 1 līdz 5 kilometriem, būs dalījums vecuma grupās.

### Gatavojas sacensībām motokrosā



25. un 26.jūlijā Viļakas "Baltā Brieža" trasē norisināsies Latvijas čempionāta motokrosā 3.posms, kā arī Baltijas čempionāta posms kvadracikliem. Kā stāsta sacensību organizators Ēriks Eizāns, pašlaik notiek spraigs darbs pie trases sagatavošanas. Kopīgā teritorija, uz kurās atrodas trase, ir 20 ha

platībā, un apmēram puse no tās kalnu dēļ jāappļauj ar rokām. Daudz laika un darba sagādā reklāmas izvietošana uz Pleskavas šosejas un lielākajās Latvijas pilsētās, radio "Skonto" tā skanēs no pirmsdienas. Jau palaista un darbojas ūdens sistēma - dušas, tualetes. Vēl darbi gaida pie elektrības padeves campingam. Vadošie sportisti zvana un izsaka vēlmi pirms sacensībām patrenēties trasē. Interesi par sacensībām izrādījuši Niderlandes braucējs Etjens Baks un latviešu kantētājs Kaspars Stupelis, arī Daniels Vilemsens - holandiešu motokrosists, kurš ir vairākkārtējs pasaules čempions motokrosā blakusvāgu ekipāžām. Ikvienam interesentam organizatori piedāvā iespēju par vienu cenu iegādāties divu dienu biletī un ieeju uz nakts balli vai fanu telti atrībūtu. Divu dienu garumā darbosies arī bezmaksas piepūšamās atrakcijas bērniem, sestdienas vakarā klātesošos priecēs grupa "Tranzits" un Ralfa Rubēja vadītā diskotēka. Svētdien tiks rīkots LČMX Minivelokrosa II posms bērniem līdz 5 gadu vecumam, kurā balviņas saņems ikviens dalībnieks.

## Olimpiāde

# Uzvaras atnes veiksmi visai komandai

Jau rakstījām, ka no 3. līdz 5. jūlijam Valmierā, Cēsis un kaimiņu novados notika 9. Latvijas Jaunatnes vasaras olimpiāde, kurā no mūspuses piedalījās Balvu un Viļakas sporta skolu audzēknji. Par Balvu vieglatlētiem, kuri izcīnīja trīs zelta medaļas, stāstījām 7.jūlija avīzē. Kopā Balvu novadu pārstāvēja 7 vieglatlēti, 4 pludmales volejbolisti, 6 svārcēlāji, 7 grieķu-romiešu cīkstoņi un 19 futbolisti, kopā 43 sportisti, 7 treneri, 4 tehniskā personāla pārstāvji, komandas vadītāja Ludmila Beļikova un komandas vadītājas vietnieks Edgars Kaļva. Sportisti, izcīnot 11 medaļas - 6 zelta, 3 sudraba un 2 bronzas, ierindoja desmitā vietā pašvaldību komandu kopvērtējumā.

Grieķu- romiešu cīņas sacensībās zelta medaļas izcīnīja trīs sportisti - Vladislavs Baranovs (sv. kategorijā 42kg), Dmitrijs Goliakovs (sv.kategorijā 58kg) un Olegs Dubrovs (sv. kategorijā 76kg). Sudraba medaļas ieguva Alans Alens Nipers (sv.kat. 58kg), Krišjānis Kočāns (sv.kat. 63kg). Bronzas medaļu mājās pārveda Rihards Pavlovs (sv.kat. 69kg). Martins Višnevskis (sv.kat. 69kg) izcīnīja 5.vietu.

Svārcēlāji medaļu klāstu papildināja ar sudrabu un bronzu. Ralfs Boldāns izcīnīja 2.vietu (sv.kat. 62kg), Rainers Melnstrads -3.vietu (sv.kat. 50kg). 4.vieta Dāvīm Makam (sv.kat. 56kg) un Raivim Dupužam (sv.kat. 69kg), 6.vieta Mairim Zepam (sv.kat 62kg).

Pludmales volejbolā no Balvu novada startēja gan zēni, gan meitenes. Zēni izcīnīja dalītu 9.-10.vietu, bet meitenēm klājās grūtāk, iegūta tikai dalīta 17.-23.vieta.



**Medaļas izcīnītas godam.** Svarcēlāji Rainers Melnstrads (no kreisās) un Ralfs Boldāns papildināja medaļu klāstu.



**Grieķu-romiešu cīkstoņi kopā ar treneri.** Krišjānis Kočāns (no kreisās), Alans Alens Nipers, Olegs Dubrovs, treneris Konstantīns Titorenko, Rihards Pavlovs, Martins Višnevskis, Dmitrijs Goliakovs, Vladislavs Baranovs sevi pierādīja kā stiprus pretiniekus.



**Balvu novada komanda.** Kopā ar komandas dalībniekiem gājienā soloja Balvu Sporta skolas direktore Ludmila Beļikova un novada domes priekšsēdētājs Andris Kazinovskis. Novada karogu nesa Krišjānis Kočāns - vairākkārtējais Latvijas čempions grieķu-romiešu cīņā, starptautisko turnīru uzvarētājs, 2013. gada jaunatnes olimpiādes sudraba medaļas ieguvējs, "Latvijas izcilnieks" nominācijā "Sports".



**Pludmales volejbolisti.** Zigmārs Keišs (no kreisās), Arvils Keišs, treneris Vjačeslavs Gamazins, Kristīne Keiša un Sandra Petrova šoreiz samierinājās ar tālākām vietām, jo konkurence tiesām bija sīva.



**Futbola komanda.** Balvu novada futbola komanda ar treneriem Jāni Zakariti, Jurģi Vilciņu un Balvu novada komandas vadītājas vietnieku Edgaru Kaļvu. Futbolisti ierindoja 9.-10.vietā.



**Startē arī Viļakas sportisti**  
Latvijas Jaunatnes vasaras olimpiādē piedalījās arī Viļakas novada Bērnu un jaunatnes sporta skolas komanda. Kā stāsta direktora vietniece izglītības jomā Inese Petrova, divas komandas startēja pludmales volejbolā, ierindojoties no 13. līdz 16. vietai. Vieglatlētus pārstāvēja lodes grūdēji un šķēpa metēji Svjatoslavs Dankovskis un Elvīra Nāgele. Valkā sacensības notika ložu šāvējiem. Vaira Strupka šajā sporta veidā ierindoja 5. vietā.

Lappusi sagatavoja Z.Logina

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

## Dzīvesziņa

## Mirkšķina skropstas un lido zvaigznītes

Vasaras skolas nodarbibās Jaunannā Alūksnes novadā sievietēm bija iespēja sarunāties ar psiholoģi UNU TILGASI. Tēma, kā labāk dzīvot, laikam būs mūžiga. Mēs visi atrodamies mijedarbībā viens ar otru, bet cilvēciskās attiecības un saskarsme ir gan vienkārša, gan arī bezgala sarežģīta lieta. Saruna ar psiholoģi vedināja paskatīties uz sevi un savu dzīvi it kā no malas. Pavērot pašam sevi un meklēt atbildes uz daudzajiem - kāpēc?

## Maza dvēselīte mākoņos

Sievietes pašapziņa noteikti saistās ar tādu jēdzienu kā sievietes personība. Tādēļ psiholoģe sarunu iesāka ar jautājumu: kurā brīdī sāk veidoties cilvēka personība? Vai tas saistās ar noteiktu vecumu, varbūt ar kādu notikumu konkrētā cilvēka dzīvē? Psiholoģijā ir daudz hipotēžu ar dažādiem pētījumiem. Unai Tilgasei patīk mītiskā hipotēze par to, no kurienes rodas cilvēks. Ir teorija, ka mazu bērnu dvēselīte dzīvo mākoņos un lūkojas uz zemi. No augšas tā ierauga un izvēlas divus cilvēkus, kuri būs topoši bērna tētis un mamma. Šie cilvēki arī satiekas, un rezultātā rodas mazs bērns – maza personība. „Ja atmetam šim stāstam fantastisko pusi, paliek dzīja jēga. Personība ir netverama substance, radusies vēl pirms fiziskā akta. Jau tad, kad tētis ar māmiņu domā, kāds būs viņu mazulis, kas no viņa dienās izaugts,“ saka psiholoģe. Japāņus atzīst par vienu no intelektuāli gudrākajām tautām. Viņiem ir tradīcija, ka jaunais pāris pirms bērna radišanas divus gadus ļoti nopietni šim solim gatavojas. Viņi daudz lasa, izglītojas, bauda mākslu, attīsta savu fizisko un garīgo ķermenī. Ja saliek to visu kopā, tad var teikt, ka cilvēka personība veidojas jau pirms viņa bioloģiskā faktora ar motivāciju, kādēj viņš vispār nāk pasaulei. Una Tilgasei kādu laiku strādājusi skolā un viņai atnīņā vērojumi no saskarsmes ar audzēkņiem. „Redzēju, ka bērni jau ir noformējušies kā personības un viņi ir bezgala dažādi. Kādam ir problēmas ar uzvedību, ar saskarsmes prasmi, citam ļoti zems pašapziņas vērtējums. Pētot viņu biogrāfijas un runājoties ar vecākiem, sapratu, ka dažkārt konkrētais bērns, kurš tagad nāk uz skolu, vecākiem nebija ne gribēts, ne gaidīts. Bet ši sajūta, ar kādu radām bērnu, lielā mērā ietekmē arī nākamā cilvēcīņa pašapziņu. Psiholoģe uzsvēr, ka bērnam viņa pirmajā, otrajā, trešajā dzīves gadā pašapziņas veidošanās procesā notiek ļoti, ļoti būtiskas lietas. Ja šajā laikā, ko vecāki izdzīvo kopā ar mazo, dod stingru pamatu zem kājām, tad arī vēlāk, lai kādi vēji pūš, cilvēks pratis dzīvot un nekur nepazudis. Bērns, protams, neatceras savu piedzīšanu, savus pirmos dzīves gadus, taču paliek viņa vecāku emocionālais stāsts, kā tas bija. Kādreiz, jau būdami pieauguši, cilvēki mēdz brīnīties par savu rīcību kādā situācijā, kam nav izskaidrojuma. Viņi saka: nezinu, kādēj rīkojos tieši tā, bet man vajadzēja darīt tieši tā. Acīmredzot tas saistās ar agrā bērnībā ielikto stingro pamatu zem kājām, - skaidro psiholoģe.

## Kas paliek sievieteit

Ko nozīmē būt sievieteit? U.Tilgases saskarsme ar sieviešu auditoriju liecina, ka priekšplānā skaistā dzīmuma pārstāves parasti izvirza sev dažādas sociālās lomas. Par visu svarīgāk daudzām šķiet pildīt sievas, mātes, mājsaimnieces, aktīvas darbinieces, vadītājas un vēl citus tamlīdzīgus pienākumus. Kur paliek sievietes loma? Aizvīzās kaut kur tālāk. Vai tas ir pareizi? „Protams, drīkst iebilst, bet es saku, ka jebkuram cilvēkam jābūt nedaudz egoistam. Visvairāk jāmil pašam sevi un jādomā par lietām, kas nepieciešamas un iepriecina pašu. Un tikai pēc tam var domāt arī par citiem,“ saka psiholoģe. Viņa atklāj savas dzīves epizodi. Kad bijusi jauna māmiņa, skrējusi piecos darbos, tīrījusi un pucejusi māju, turklāt vēl mācījusies augstskolā. „Man ļoti grībējās būt perfektais visās lomās, es pat zēķes gludināju. Kārtējo reizi būdama prom no mājām studijās, iegāju veikalā ar domu, ko nopirkšu savējiem. Atkal mocija it kā vainas apziņa, ka esmu viņus atstājis vienus bez savas modrās klātbūtnes. Bet tad manī ieslēdzās *klikšķis*: vai tiešām dzīvoju pareizi? Vienmēr domāju tikai par citiem, bet kur paliek manas vajadzības, ja vienmēr priekšplānā tikai bērni un viņi? Mans atpakaļceļš pie sevis bija pakāpenisks un garš. Padomāsim: ja mēs ziedojamies kaut kam, bieži pašas it kā sadalāmies, izplūstam, pat pazūdam,“ atzīst psiholoģe. Un tad var domāt tālāk: vai mūsu lomas būs mūžīgas, vai to spēj un spēs novērtēt? Ne velti bieži dzird stāstus: bērni izauga un aizbrauca, viņš aizgāja pie citas, māja palikusi tukša. Kas pēc tā visa paliek pašai sievieteit? „Ja dzīvē patiesām notiek kāda nelaime, tad daudzas sievietes ir pilnīgi apjukušas, jūtas kā no laivas izmestas, jo nezina, kā dzīvot tālāk. Bet sievieteit ir jābūt



pamatam zem kājām. Tā ir viņas pašas drošība, garants, prasme dzīvot un būt vērtīgai,“ uzsvēr psiholoģe.

Aizdomāties liek arī padzītīgadīgu draudzeņu saruna, ko Unai Tilgasei astāstījusi meita. Ar draudzenēm runājušās par dzīvi, par vecākiem, un meitenes teikušas, ka viņām esot kauns ar savu mammu kaut kur kopā iet. Kāpēc? „Mamma neprot pucēties, mamma ir nesabiedriska...“ Būt mātei, protams, ir laba misija, taču nedrīkstam pazaudēt pirmatnējo, kas dots – būt sievieteit.

## Veiksmīgi apprecēties un dzīvot mājās

Strādājot ar jauniešu grupām, psiholoģe novērojusi vēl kādu šobrīd izteiktu tendenci. Uz jautājumu, kādi ir jūsu dzīves plāni, ko vēlētos dzīvē sasniegst, 18, 20 vai 25-gadīgas skaistas meitenes ļoti bieži atbildēt vienādi. Daudzām mērķis ir veiksmīgi apprecēties, audzināt bērnus un dzīvot mājās. Daudzas šo mērķi arī īstenojušas. „Protams, tas ir labi. Bet meitenes uzkata, ka viņām nevajag strādāt, jo ir vīrs, kurš uztur. Skarbi, bet tad es jautāju tālāk: ko darīsi, kad kādā dienā vīra vairs nebūs un nebūs arī kas tevi uztur? Jaunietēm nav ienācis pat pārtā apsvērt šādu varbūtību. Viņas vispār par to nedomā. Bet jautājumi, vai virrietis tevi tiešām visu mūžu milēs un būs kopā ar tevi, ir logiski,“ uzsvēr psiholoģe.

Mēs visi atrodamies nemītīgā mijedarbībā. Varbūt vīrietis visu laiku dzīvē ies uz priekšu, papildinās zināšanas, izaugus savā attīstībā, mainīties, bet tu kā sieva paliksi uz vietas, sēdēsi viņa piekabē, ko viņš kādudien vairs negribēs vilkt. Par to der padomāt.

## Dēlu audzina gluži svešai sievieteit

Ko vieglāk audzināt – meitas vai dēlus? Psiholoģe uzkata, ka meitas, jo viņas dzīvē nekur nepazudis – atnāks, atbrauks vai piezvanīs. Bet sievietēm, kuras audzina pretējo dzimumu – dēlus, jārēķinās ar pilnīgi ko citu. Viņām jāsaprot un jāpieņem jau pašā sākumā doma, ka savu dēlu audzina priekš citas sievietes. Izklausās briesmīgi, vai ne? Bet, ja to saprot un pieņem, šīs sievietes, dēlu mātes, būs brīnišķīgas mammai, labas vīramātes, pēc tam tikpat veiksmīgas vecmāmiņas, kuras priecēs mazbērni un kupla radu saime. „Bet ja dēlus audzināsiet tikai sev, tad, visdrīzāk, no viņiem izaugs vīrieši, kuri nespēs pieņemt lēnumus, kuriem vēlāk būs grūti veidot attiecības un nodibināt ģimenes. Dramatiskākā kļūda, kad sievietes dzīvo ar sākumiem: „Visi vīrieši ir vieni vienīgi ...“, vai arī runā, cik slikts ir bērnu tēvs,“ uzsvēr psiholoģe.

## Raudāt, nevis priecāties

Sociālās lomas, laikam ejot, manāmi izlīdzinājušās. Sieviete vairs nav tikai putras vārītāja. Viņa strādā, pelna naudu, brauc ar mašīnu, apgūst modernas tehnoloģijas. Pārdomām epizode no psiholoģes pašas pieredzes. Viņa ilgi nejāvusies mudinājušās sēsties uz zāles plāvēja un nopļaut mauriņu. Teikusi, neprotu, jo šķitis, ka mājās jābūt darbiem, kas sievietei nav jādara, kas nav viņas spēkos. Bet tad viņš salauza roku. Daļu platības, kur stūre nebija jāgroza, viņš izplāva, bet palika arī nenopļautas vietas. Zāle augusi, augusi, un, skatīdamās, cik pagalms top neglīts, Una sevi domājusi: „Ir tikai divas iespējas. Vai nu pašai sēsties uz traktoriņa un visu nopļaut, vai arī sagaidīt, kad to beidzot varēs izdarīt viņš. Bet tad būs jāgrābj zāle, un to nāksies darīt pašai.“ Iedarbinājusi traktoriņu un noplāvusi. Viņa vakarā priecīgs: redz, kā tu proti, kā tu vari! Bet Una viņam teikusi: „Stop! Šajā brīdī tev vajadzēja nevis priecāties, bet raudāt. Kāpēc? Ja pienāk laiks, kad sieviete mājās var izdarīt pilnīgi visu, viņa kādā dienā var izdomāt, ka vīrietis viņai nemaz nav vajadzīgs.“ Otrā dienā viņai uzdāvinājis konfekšu kārbu.

**Saruna iedvesmai.** „Sievietēm rāmjus bieži uzliek stereotipi. Labāk pārkāpsim tiem pāri, lai dzīve nav pelēka. Personība un pašapziņa, protams, nemanās vienā dienā. Tas ir cilvēka mūža darbs, par ko vecumā saviem mazbērniem varētu stāstīt teikas un pasakas,“ Unas Tilgases atziņa.

## Kur pazūd mīlestība

Genīlais režisors Kroders, runājot līdzībās, ir devis atbildi uz šo mūžīgo jautājumu. Viņš teicis: „Kur pazūd uguns no ugunkura? Tas izdeg un nodiest tad, kad kādam rodas slinkums iet pēc malkas.“ Līdzīgi notiek arī ar mīlestību. Ja kāds malku cītīgi nenesis klāt, nepiemētīs pa pagalei un nerušīnās ugunkuru gadu pēc gada, tad tas noteikti apdzīsis.

Meklēt atbildes uz jautājumu, kas ir mīlestība, kā mājas uzdevumu psiholoģe palūgusi vecākiem, kuri audzina dažāda vecuma bērnus. Saņemtas ļoti skaistas, patiesas un izjustas atbildes. Bērni atbild precīzi un vienkārši. Tās lasot, ir par ko padomāt.

**Bernards, 4 gadi:** - Ja cilvēki tevi mīl, tavu vārdu izrunā citādāk. Tu to zini, jo tavs vārds no viņu mutes skan smuki.

**Roberts, 5 gadi:** - Mīlestība ir tas, kas ir ap tevi istabā, kad tu uz mīkli pātrauc izsaņot Ziemassvētku dāvanas un ieklausies.

**Elena, 5 gadi:** - Mīlestība ir, kad mamma tētim iedod visgaršīgāko vistas gabaliņu.

**Tomass, 6 gadi:** - Mīlestība ir kā maza, veca sieviņa un mazs vecs vīriņš, kuri vēl aizvien ir draugi, lai gan viens otrs tik labi pazīst.

**Kristīne, 6 gadi:** - Mīlestība ir, kad kādam atdod lielāko daļu savu frī kartupeļu un viņam par to nekas nav jādod pretī.

**Karīna, 7 gadi:** - Kad tu kādu mīli, mīkstīni savas skropstas un no tevis lido daudz mazu zvaigznīšu.

**Nikola, 7 gadi:** - Mīlestība ir, kad pasaki puikam, ka tev patik viņa T-krekls, un viņš to pēc tam nēsā katru dienu.

**Rebekā, 8 gadi:** - Kad manai vecmāmrai piemetās arīrtīs un viņa nevarēja vairs noliekties, lai nolakotu kāju nagus, viņai tos lakoja vecpaps arī pēc tam, kad viņam pašam rokās iemētās arīrtīs.

**Aija, 10 gadi:** - Mīlestība ir tad, kad meitene sasmaržojas ar smaržām, puisis ar otekolonu, viņi iet satikties un viens otrs iapostā.

**Tedis, 8 gadi:** - Mīlestība liek pasmaidīt arī tad, kad esi piekūs.

**Mareks, 8 gadi:** - Mīlestība ir, kad sunītis tev nolaiza seju arī pēc tam, kad visu dienu bijis mājās atstāts viens.

## Vai baidāties nomirt

Brižos, kad Una Tilgase nespēj kaut ko svarīgu izlemt vai izdarīt, kad māc bažas vai jūtas slikti, viņu iedvesmo kāds pētījums. Kursabiedrene pētīja vecus dažādās sociālās vidē dzīvojošus cilvēkus. Tie bija vientoši, ģimenes cilvēki, turīgi un mazturīgi ļaudis. Visiem bija lūgts atbildēt uz vienu un to pašu jautājumu: vai jūs baidāties nomirt? Pētījums deva atbildes, baidās vai nē, un arī kāpēc. Tie, kuri teica, ka nebaidās no nāves, savas atbildes pamatoja ar to, ka viņiem ir bijusi ļoti bagāta un daudzkrāsaina dzīve. Ne jau materiālajā ziņā. Tās bija spilgtas viņu bērnības un dzīves notikumu atmiņas. Ne velti memuārus cilvēki mēdz rakstīt vecumdienu, jo tik daudz ko spilgti atceras. Šī bagātība bija apkārtējo mīlestību, cilvēki, tīkšanās, piedzīvojumi, kļūdas, traģēdijas un tamlīdzīgi. Dzīve bijusi tik bezgala krāsaina, ka arī nomirt vairs nešķita traģiski. Bet cilvēkiem, kuri visu mūžu sevi bija ierobežojuši, stagnējuši, dzīvojuši rutīnā, nekā tamlīdzīga nav. Aiz muguras paliek tikai pelēks, neizteiksmīgs rāmis un nožēla, ko viņi būtu varējuši, bet nav izdarījuši. Un tad pārņem paniskas bailes. „Viņi redz, ka dzīves smilšu pulkstenis iztek, neko vairs nevar atgriezt, bet pa īstam tā arī nav dzīvots. Un es sev teicu: ārprāts, mēs taču šodien dzīvojam tā, kā jutīsimies pēc gadiem divdesmit vai trīsdesmit. Nu tad arī dzīvosim pa īstam! Labāk nozēlot to, ko esi darījis, nevis to, ko esi gribējis, bet nekad neizdarīji. Jo tad arī nekad neuzzināsi, kāds būtu bijis rezultāts,“ teic psiholoģe.

Pārdomām var atcerēties un salidzināt slaveno latviešu filmu varones Kristīni „Purva bridējā“ un Aijai filmā „Aija“. Meklējiet atbildi paši: kurai dzīve būs bijusi krāsaināka, kurai būs mazāk ko vecumā nozēlot? Aijā mit šī pirmatnējā daba, šī dziņa, kas liek justies un būt sievieteit. Varbūt par traku, par šerpu, bet viņa ir sievieteit.

Lappusi sagatavoja M.Sprudzāne

## Ekspresintervija

### Piemīt mīlestība pēc brīvības



**AGRITA LUŽA**, Rugāju novada pašvaldības sabiedrisko attiecību speciāliste

#### Nereti sabiedrisko attiecību speciālisti dodas strādāt otrā frontē – žurnālistikā. Vai nākotnē neplāno kļūt par žurnālistu?

-Žurnālistika man ir ļoti tuva. Priecājos, ka, studējot sabiedriskās attiecības, ir iespēja iegūt arī zināšanas žurnālistikā. Neatteiktos strādāt arī par žurnālistu, tāpēc priecājos, ka savā ikdienas darbā saskaros ar to.

#### Vai Tevi viegli nokaitināt?

-Mani nav viegli nokaitināt, tāpēc neatceros, kad būtu pamatīgi dusmojusies. Protams, kā jebkurš cilvēks, padusmoties mēdz, bet parasti tas nav uz ilgu laiku.

#### Kādam ģerbšanās stilam un drēbju krāsu toņiem dod priekšroku?

-Apģērbā patīk gaišas un izteikti spilgtas krāsas. Priekšroku dodu klasiskajam stilam, papildinot to ar dažādiem akcentiem.

#### Ar kuru sabiedrībā pazīstamu cilvēku labprāt pavadītu kopā vienu dienu, ar viņu aprunātos un iepazītu tuvāk?

-Āoti iespējams, ka tas būtu Jānis Domburs. Man viņš ir autoritāte žurnālistikā. Noteikti neatteiktos satikties ar kādu no Dailes teātra aktieriem.

#### Kas Tev ikdienā sagādā prieku un gandarijumu?

-Kad redzu, ka manu darbu novērtē.

#### Vai mēdz būvēt sapņu pilis un domāt par skietami nesasniedzamo?

-Fantazēt un sapņot es protu! Viens no sapņiem, kuru dzīves laikā gribētu piepildīt, ir aizceļot uz Dubaju.

#### Vai piekrīti teicienam, ka sievietes ir no Venēras, bet vīrieši no Marsa?

-Ar kolēģēm mēdzam smieties, ka sievietes vienkārši IR labākas!

#### Kas esi pēc horoskopa, vai Tev piemīt savas horoskopa zīmes rakstura iezīmes?

-Esmu Ūdensvīrs. Domāju, ka man piemīt radošums, neatkarība un mīlestība pēc brīvības.

#### Ja būtu iespēja nodarboties ar finansiālu labdarību, kam sniegtu palīdzību?

-Droši vien bērnunamu bērniem.

#### Kāda ir pēdējā izlasītā grāmata?

-Pēdējā laikā esmu pievērsusies jau senākos laikos rakstītai literatūrai. Pavisam nesen izlasīju Gistava Flobēra "Bovarī kundzi". Pārsvārā lasu daiļliteratūru.

#### Kuras vietas kā sabiedrisko attiecību speciāliste noteikti ieteiktu apmeklēt Rugāju novadā?

-Palielīšos, ka Rugāju novadam iznākusi pavisam jauna tūrisma avīze. Viss, kas tajā iekļauts, ir apskates vērts!

# Kad dārzā

Idejas zem pūra turēt nedrikst. Tām jālauj istenoties. Šāds vadmotīvs caurauž ne mazums skaistu, sakoptu un mākslinieciski iekārtotu viensētu mūspusē, kurās dzīvo laimīgas ģimenes. Nebūs taču melots, sakot, ka Latvija ir skaisto dārzu zeme.



**Grils no vecas eļļas mucas.** "Mežmalu" saimnieks Vilnis Kapteinis attēlā redzamo grili uzmeistarjoja pavisam nesen – pirms Jāņu dienas. Uz ātru roku stundas laikā to sametināja un klāt pielika vecus, saimniecībā vairs nevajadzīgus riteņus. Klāt piekarināja arī nokareno puķi, uztaisīja nelielu galdiņu un... lai labi garšo šašliks!

## Arī dzīve starp puķu dobēm nebaida

Rugāju novada lauku īpašumā "Mežmalas" jau ceturtāgadsimtu – kopš 1990.gada – saimnieko **VILNIS KAPTEINIS**.

Liek iebilst, ka, pirmo reizi ieraugot jauno mājvietu un tās apkārti, viss izskatījās krietiņi citādāk, nekā māju saimnieks un to viesi sakopto lauku īpašumu var vērot šodien. No iepriekšējās saimniecības joprojām stingri uz pamatiem stāv vecais šķūnis, bet pārējais gadu gaitā piebūvēts klāt. Savukārt privātipašumu nopirkta Vilņa vectēvs. Vilnis zina stāstīt, ka mājai ir vēl senāka vēsture. To acimredzot cēla vēl pirms Otrā pasaules kara sākuma – 1938.gadā, jo mājās bija šī gadu skaitļa uzraksts. Savukārt ikdienā Vilnis saimnieko kopā ar brāli, kurš nodarbojas ar lopkopību, savukārt pats Vilnis – ar graudkopību. Krietiņi palīgi ikdienas darbos ir arī Vilņa dēli un draudzene Ilona, kura rūpējas par piemājas dārzu un skaistām, sakoptām puķudobēm. Jautāts, vai starp puķu dobēm ar zāles ravējamo rīku ik palaikam var ieraudzīt arī pašu mājas saimnieku, Vilnis stāsta, ka no šādiem darbiem nebaidās un labprāt palīdz draudzenei. Savulaik mājas saimnieks ar panākumiem piedalījās arī zāles plaušanas sacensībās ar izkapti, kur nebūt ne vieglā sporta veidā izcīnīja augsto 3.vietu.



**Kā vecu riepu pārvērst baltā gulbi?** Ideju, kā uztaisīt attēlā redzamo gulbi, Vilnis noskatīja internetā. Galvenais piemājas paštaisītā dekora elements ir veca automašīnas riepa, kas nokrāsota baltā krāsā. It kā nekas sarežģīts, bet bez zināmām iemaņām un mākslinieka dvēseles tamliedzīgu rezultātu droši vien būs grūti sasniegt.



**Koka stumbris puķu poda vietā.** Ja piemājas dārzā koks savu dzīvi nodzīvojis, tas nenozīmē, ka to ar vieglu roku jāsteidz nocirst. Par to pārliecināts arī "Mežmalu" saimnieks Vilnis Kapteinis, kurš defektu pārvērtā par efektu.



**Pastkastīte vai putnu būritis?** Šādi minējumi Vilnim izraisīja smaidu sejā. Tā nav nedz pastkastīte, nedz arī zemei piezemējies putnu būritis. Tas ir elektrosadales skapītis! Lieki piebilst, ka paša mājas saimnieka rokām veidots.

## Svētdiena, 19.jūlijjs

Vārdadienu svīn: Jautrīte,  
Kamila, Digna, Sāra

8.



## AIFIŠA

### Balvu Kultūras un atpūtas centrā

Iztāde:

Skatāma Latvijas Mākslas akadēmijas Latgales filiales studentu darbu izstāde "Plēnērs Balvos 2015".

#### Līdz plkst. 6.00 - raidītāja profilakse.

##### PBK

TV 3	<p>17.30 "Legendārie albumi. "Black Sabbath". Dokumentāla filma.</p> <p>18.35 "Nanotehnoloģijas elektromobilos". Dokumentāla filma.</p> <p>18.55 "Pasaules glābēji". Katastrofu filma.</p> <p>21.10 "Dikte". Seriāls.</p> <p>22.00 "Piektīdienas vakariņas 2". Komēdiiseriāls.</p> <p>23.00 "Uutta Danella. Skupsts dakterim". Vācijas melodrāma.</p> <p>0.45 "SOKO Vismāra". Seriāls.</p> <p>2.30 "Eropa koncertos. Koncertierakstu žurnāls".</p> <p>3.20 "Anekdošu šovs 2". Atk.</p> <p>4.20 "SeMS piedāvā...". Mūzikas grupu konkurs "Troksnis 4".</p> <p>14.00 "Larvijas šāgeraptauja 2015". Atk.</p> <p>15.00 "Zagligie pērtīki". Dokumentāls seriāls.</p> <p>16.00 "Musketieri 2". Seriāls.</p> <p>17.00 "Tēvs Brauns 2". Seriāls.</p> <p>18.00 "Dienas zīnas".</p> <p>18.20 "Cīfadi latviskais".</p> <p>18.50 "Mūsu auklis - miljoniārs".</p> <p>20.30 "Panorāma".</p> <p>21.10 "Festivāla "Baltica" noslēguma pasākums".</p> <p>0.30 "Eerotiskās salas". Dokumentāla filma.</p> <p>1.30 "Pusnakts Parīzē". Marijas Naumovas koncerts.</p> <p>3.20 "Personība 100g kultūras". Atk.</p> <p>4.10 "Dabas koncertāle. Simfonija "Devons"".</p> <p>5.00 "Dzimis Eiropā". Atk.</p> <p>5.30 "Saknes debesis". Atk.</p>	<p>5.00 "Likums un kārtība: Lielbritānija 2". Seriāls.</p> <p>5.45 "Firma". Seriāls.</p> <p>6.35 "Animācijas seriāli".</p> <p>7.55 "Māmiņu klubs". Komēdijs.</p> <p>8.50 "Māmiņu klubs".</p> <p>9.25 "Mīsters Bīns". Seriāls.</p> <p>10.00 "Superbingo". TV spele.</p> <p>11.05 "Sarkano aptoču klubs". Seriāls.</p> <p>12.00 "Gandriz ideālās vakariņas 6".</p> <p>14.00 "Smiekligākie videokuriņi 22".</p> <p>14.40 "Animācijas filma".</p> <p>16.15 "Izklausies redzēts". Muzikāls šovs.</p> <p>19.00 "TV 3 zīnas".</p> <p>19.10 "Milestiņa savvalā 2". Realitātes šovs.</p> <p>20.10 "Transformeri. Pieveikto atriebiņi". Spraiga sīzeta fantastikas filma.</p> <p>23.10 "Metro". Krievijas trilleris.</p> <p>1.15 "Kadas slimības vēsture 2". Seriāls.</p> <p>7.05 "Nedēļa novados. Kopsavilkums".</p> <p>7.30 "Jauninā 3". Seriāls.</p> <p>8.30 "Brīvdienu ceļvedis".</p> <p>9.00 "LNT brokastis".</p> <p>10.00 "Mediki". Seriāls.</p> <p>11.00 "Vēiksniņi uzņemējs".</p> <p>11.30 "Bistīses - atvainījums!".</p> <p>12.30 "Divainie Gīnesa rekordi".</p> <p>13.35 "Greizais spogulis". Humora raidījums.</p> <p>15.50 "Dzintara dižesmas 5".</p> <p>16.50 "Sirdsmīļā Monika". Latvijas seriāls.</p> <p>17.50 "Zījas sešos".</p> <p>18.00 "Nozegumam pa pēdām 11". Detektīvseriāls.</p> <p>20.00 "LNT zīnas".</p> <p>20.10 "Latvijas faili. Ēzelītis lā īā pa talsiskam". Dokumentālu filmu cikls.</p> <p>21.10 "Viesnīca Šārvvalde". Seriāls.</p> <p>23.10 "Detektīvs Valanders 3". Dokumentāla filma.</p> <p>1.00 "Mēness tumšajā pusē". Daudzseriāju filma.</p> <p>6.05 "Sālutes iznīcītātie. Latvietis Amerikā". Atk.</p> <p>6.35 "Sēkotājī". Atk.</p> <p>7.35 "Zili brinumi". Atk.</p> <p>8.00 "Es - savai zemītei". Atk.</p> <p>8.30 "Afrikas safari". Dokumentāla filma.</p> <p>10.00 "Bibi Bloksberga un zilo pīķu noslēpums". Ģimenes filma.</p> <p>12.00 "Tēstraide. Deivisa kausa izcīņa tenīša". Latvija - Madagaskara.</p>	<p>5.30, 1.50 "Euronews".</p> <p>6.00, 10.00, 12.00 "Zīnas".</p> <p>6.10 "Spēlejiet, harmonikas!"</p> <p>6.45, 10.20 "Labākas brīvdienas kopā ar PBK. Animācijas filmas".</p> <p>7.00 "Labakās brīvdienas kopā bumbīņas. Pinkods".</p> <p>7.15 "Vasilijs Livanovs. Kavalieris un džentlmenis". Dokumentāla filma.</p> <p>8.20 "Veselība".</p> <p>9.20 "Pastaigas zem lietusarga. Divu celu krustojumiā".</p> <p>11.00 "Milestiņa savvalā 2". Realitātes šovs.</p> <p>12.00 "Parks".</p> <p>13.20 "Mihails Galustians. Saprast un piedot". Dokumentāla filma.</p> <p>14.25 "Uzminni melodiju".</p> <p>15.10 "Nebūtu laimes...2". Melodrama.</p> <p>18.55 "Autors rullē".</p> <p>20.00 "Laiks".</p> <p>TV 5</p> <p>5.00 "Nakts mūzika TV5".</p> <p>7.30 "Dzīoza Meijere. Prieka pilna dzīve".</p> <p>8.00 "Vienna miliešības naktis". Seriāls.</p> <p>9.00 "Televeikalā skatlogs".</p> <p>9.15 "Personīgas lietas".</p> <p>10.20 "Piecas līgavas". Krievijas seriāls.</p> <p>11.25 "Kulinārijas zvaigzne".</p> <p>14.15 "Atlaists smieties!".</p> <p>16.10 "Viens uz visām". Daudzseriāju melodrāma.</p> <p>20.40 "Atkal viens uz visām". Daudzseriāju melodrāma.</p> <p>21.25 "Neredzamais cilvēks".</p> <p>21.55 "Televeikalā skatlogs".</p> <p>12.10 "Maskava. Trīs staciju laukums". Krievijas seriāls.</p> <p>18.00 "Pārsteidz mani!"</p> <p>20.00 "Vīru darbs 2". Seriāls.</p> <p>21.55 "Šeši kadri".</p> <p>22.55 "Tuklie". Komēdija.</p> <p>0.45 "Nakts mūzika TV5". Gots".</p>
LTV 1	<p>5.00 "Dzimis Eiropā". Atk.</p> <p>5.30 "Saknes debesis". Atk.</p> <p>6.00 "LR valsts himna".</p> <p>6.02 "Province". Atk.</p> <p>6.35 "Vides fakti". Atk.</p> <p>7.05 "Animācijas filmas".</p> <p>9.30 "Dzīvnieki - profesionāli". Dok. daudzseriņu filma.</p> <p>10.30 "Mans zālais dārzs".</p> <p>11.00 "Zvējinieku ciema teikā". Dokumentāla filma.</p> <p>12.00 "Dievkalpojums". Atk.</p> <p>13.00 "Pasaules garša kopā ar Paskālu 3". Dokumentāla filma.</p> <p>13.30 "Satiktie. Laikmeta varonji, toreiz un tagad". Atk.</p> <p>14.00 "Larvijas šāgeraptauja 2015". Atk.</p> <p>15.00 "Zagligie pērtīki". Dokumentāls seriāls.</p> <p>16.00 "Musketieri 2". Seriāls.</p> <p>17.00 "Tēvs Brauns 2". Seriāls.</p> <p>18.00 "Dienas zīnas".</p> <p>18.20 "Cīfadi latviskais".</p> <p>18.50 "Mūsu auklis - miljoniārs".</p> <p>20.30 "Panorāma".</p> <p>21.10 "Festivāla "Baltica" noslēguma pasākums".</p> <p>0.30 "Eerotiskās salas". Dokumentāla filma.</p> <p>1.30 "Pusnakts Parīzē". Marijas Naumovas koncerts.</p> <p>3.20 "Personība 100g kultūras". Atk.</p> <p>4.10 "Dabas koncertāle. Simfonija "Devons"".</p> <p>5.00 "Dzimis Eiropā". Atk.</p> <p>5.30 "Saknes debesis". Atk.</p>	<p>5.30, 1.50 "Euronews".</p> <p>6.00, 10.00, 12.00 "Zīnas".</p> <p>6.10 "Spēlejiet, harmonikas!"</p> <p>6.45, 10.20 "Labākas brīvdienas kopā ar PBK. Animācijas filmas".</p> <p>7.00 "Labakās brīvdienas kopā bumbīņas. Pinkods".</p> <p>7.15 "Vasilijs Livanovs. Kavalieris un džentlmenis". Dokumentāla filma.</p> <p>8.20 "Veselība".</p> <p>9.20 "Pastaigas zem lietusarga. Divu celu krustojumiā".</p> <p>11.00 "Milestiņa savvalā 2". Realitāties šovs.</p> <p>12.00 "Parks".</p> <p>13.20 "Mihails Galustians. Saprast un piedot". Dokumentāla filma.</p> <p>14.25 "Uzminni melodiju".</p> <p>15.10 "Nebūtu laimes...2". Melodrama.</p> <p>18.55 "Autors rullē".</p> <p>20.00 "Laiks".</p> <p>TV 5</p> <p>5.00 "Nakts mūzika TV5".</p> <p>7.30 "Dzīoza Meijere. Prieka pilna dzīve".</p> <p>8.00 "Vienna miliešības naktis". Seriāls.</p> <p>9.00 "Televeikalā skatlogs".</p> <p>9.15 "Personīgas lietas".</p> <p>10.20 "Piecas līgavas". Krievijas seriāls.</p> <p>11.25 "Kulinārijas zvaigzne".</p> <p>14.15 "Atlaists smieties!".</p> <p>16.10 "Viens uz visām". Daudzseriāju melodrāma.</p> <p>20.40 "Atkal viens uz visām". Daudzseriāju melodrāma.</p> <p>21.25 "Neredzamais cilvēks".</p> <p>21.55 "Televeikalā skatlogs".</p> <p>12.10 "Maskava. Trīs staciju laukums". Krievijas seriāls.</p> <p>18.00 "Pārsteidz mani!"</p> <p>20.00 "Vīru darbs 2". Seriāls.</p> <p>21.55 "Šeši kadri".</p> <p>22.55 "Tuklie". Komēdija.</p> <p>0.45 "Nakts mūzika TV5". Gots".</p>	<p>5.00 "Nakts mūzika TV5".</p> <p>7.30 "Dzīoza Meijere. Prieka pilna dzīve".</p> <p>8.00 "Vienna miliešības naktis". Seriāls.</p> <p>9.00 "Televeikalā skatlogs".</p> <p>9.15 "Personīgas lietas".</p> <p>10.20 "Piecas līgavas". Krievijas seriāls.</p> <p>11.25 "Kulinārijas zvaigzne".</p> <p>14.15 "Atlaists smieties!".</p> <p>16.10 "Viens uz visām". Daudzseriāju melodrāma.</p> <p>20.40 "Atkal viens uz visām". Daudzseriāju melodrāma.</p> <p>21.25 "Neredzamais cilvēks".</p> <p>21.55 "Televeikalā skatlogs".</p> <p>12.10 "Maskava. Trīs staciju laukums". Krievijas seriāls.</p> <p>18.00 "Pārsteidz mani!"</p> <p>20.00 "Vīru darbs 2". Seriāls.</p> <p>21.55 "Šeši kadri".</p> <p>22.55 "Tuklie". Komēdija.</p> <p>0.45 "Nakts mūzika TV5". Gots".</p>
LTV 7	<p>5.30 "Spots". Atk.</p> <p>6.00 "LR valsts himna".</p> <p>6.05 "Latvietis Amerikā".</p> <p>6.35 "Sēkotājī". Atk.</p> <p>7.35 "Zili brinumi". Atk.</p> <p>8.00 "Es - savai zemītei". Atk.</p> <p>8.30 "Afrikas safari". Dokumentāla filma.</p> <p>10.00 "Bibi Bloks</p>		

# Pirmdiena, 13.jūlijs

## Vārdadienu svin: Margrieta, Margarita

<b>LTV 1</b>	18.30 "Pasāules garša kopā ar Paskāu 3". Dok. 6.00 "LR valsts himna". 6.02 "Province". Atk. 6.35 "Rita Panorāma". 8.35 "Mīlas viesulis 9". Seriāls. 9.35 "Top-Shop piedāvā...". 10.35 "Dzītāra meklētāji". Melodrama. 12.35 "Top-Shop piedāvā...". 12.50 "XI Latvijas skolu jaunatnes dziesmu un deju svētki". Svētku dienastārīmata. Atk. 13.05 "Lesjia". Animācijas filma. 13.35 "Zāglīgie pērtīki". Dokumentālā filma. 14.05 "Top-Shop piedāvā...". 14.20 "Momentuzņēmums". Atk. 14.40 "Province". Atk. 15.10 "Maklauda meitas". Seriāls. 16.05 "Patvērums milestībai". Seriāls. 17.00 "Mīlas viesulis 9". Seriāls. 18.00 "Dienas zīnas". 18.53 "Ceturta studija". 19.20 "Smalkais stīls". Komēdīseriāls. 20.30 "Panorama". Seriāls. 21.10 "Izauciet vecmāti!". 22.10 "Tuvaīs karš". Dokumentālā filma. 23.10 "Nākts zīnas". 23.25 "Selfrīdz". Seriāls. 0.35 "Kora "Kamer...". 25 gadu jubilejas koncerts". Atk.	6.35 "Animācijas filmas". 9.00 "Transformeri". 19.00 "Mīsu Čārlis 15". Seriāls. 19.50 "Amazone ar Brūsu Perītu". Dokumentāla filma. 20.50 "Doma Leona. Konišārs Gvido Bruneti". Seriāls. 22.30 "Midsoneras slepkavības 13". Seriāls. 14.05 "Olimpiskie zelta mirķi". Dokumentālā filma. 1.00 "Nemiera gars". Dokumentālā filma. 1.30 "Labākais no Euromaxx. Žurnāls Deutsche Welle". <b>LNT</b>
--------------	--	--

<b>LNT</b>	1.00 "Olimpiskie zelta mirķi". Dokumentālā filma. 1.30 "Labākais no Euromaxx. Žurnāls Deutsche Welle". <b>TV 5</b>	1.00 "Olimpiskie zelta mirķi". Dokumentālā filma. 1.30 "Labākais no Euromaxx. Žurnāls Deutsche Welle". <b>RTR ROSSIJA</b>	1.00 "Olimpiskie zelta mirķi". Dokumentālā filma. 1.30 "Labākais no Euromaxx. Žurnāls Deutsche Welle". <b>TV 5</b>
------------	--	---	--

<b>TV 5</b>	6.00 "Nakts mūzikā TV5". 8.00 "6 kādri". Seriāls. 10.15 "Vīru darbs". Krievijas seriāls. 10.30 "Gimenes izmers". TV šovs. 11.00 "Latvija 2". Seriāls. 11.20 "Nedēļa man!". 12.25 "Kriminal+". 12.55 "Televīkala skatogs". 13.10 "6 kādri". 13.40 "Pāris". Seriāls. 14.00 "LNT dienas zīnas". 14.20 "Televīkala skatogs". <b>RTR ROSSIJA</b>	6.00 "Nakts mūzikā TV5". 8.00 "6 kādri". Seriāls. 10.15 "Vīru darbs". Krievijas seriāls. 10.30 "Gimenes izmers". TV šovs. 11.00 "Latvija 2". Seriāls. 11.20 "Nedēļa man!". 12.25 "Kriminal+". 12.55 "Televīkala skatogs". 13.10 "6 kādri". 13.40 "Pāris". Seriāls. 14.00 "LNT dienas zīnas". 14.20 "Televīkala skatogs". <b>TV 5</b>
-------------	---	--

<b>TV 5</b>	15.05 "Karambal!". Seriāls. 15.25 "Nemelo man!". 16.25 "Uz mižu tava Akapuko". Seriāls. 17.50 "Zīnas sešos". 18.00 "Uz mižu tava Akapuko". Seriāls. 18.55 "Nabīga ļala". Seriāls. 20.00 "LNT zīnas". 20.35 "Ddegpunktā". 21.10 "Eksstrasensi - detektīvi 3". 22.10 "Vangālīja". Seriāls. 23.20 "Dzīmuši policisti 4". 24.00 "Čīgans". Krievijas melodrāma. <b>LTV 7</b>	15.05 "Karambal!". Seriāls. 15.25 "Nemelo man!". 16.25 "Uz mižu tava Akapuko". Seriāls. 17.50 "Zīnas sešos". 18.00 "Uz mižu tava Akapuko". Seriāls. 18.55 "Nabīga ļala". Seriāls. 20.00 "LNT zīnas". 20.35 "Ddegpunktā". 21.10 "Eksstrasensi - detektīvi 3". 22.10 "Vangālīja". Seriāls. 23.20 "Dzīmuši policisti 4". 24.00 "Čīgans". Krievijas melodrāma. <b>LTV 7</b>
-------------	---	---

<b>TV 3</b>	5.00 "Nakts mūzikā TV5". 6.00 "Nakts mūzikā TV5". 6.30 "Nakts mūzikā TV5". 7.00 "Nakts mūzikā TV5". 7.30 "Vīnnerī formā! Deutsche Welle žurnāls". 8.35 "Noskaidrot patiesību". Seriāls. 9.25 "Maklauda mettas". Seriāls. 10.20 "Mūsu Čarlījs 15". Seriāls. 11.10 "Balks pavēlnieks". Atk. 13.00 "Tas vari but tu". Dokumentālā filma. 13.35 "Eiropas spēles Baku 2015". 15.45 "Labākais no Euromaxx". Seriāls. Žurnāls Deutsche Welle". 16.15 "SOKO Vismāra". Seriāls. 17.05 "Noskaidrot patiesību". Seriāls. 18.00 "Šovakar". Zinu raidījums.	5.00 "Nakts mūzikā TV5". 6.00 "Nakts mūzikā TV5". 6.30 "Nakts mūzikā TV5". 7.00 "Nakts mūzikā TV5". 7.30 "Vīnnerī formā! Deutsche Welle žurnāls". 8.35 "Noskaidrot patiesību". Seriāls. 9.25 "Maklauda mettas". Seriāls. 10.20 "Mūsu Čarlījs 15". Seriāls. 11.10 "Balks pavēlnieks". Atk. 13.00 "Tas vari but tu". Dokumentālā filma. 13.35 "Eiropas spēles Baku 2015". 15.45 "Labākais no Euromaxx". Seriāls. Žurnāls Deutsche Welle". 16.15 "SOKO Vismāra". Seriāls. 17.05 "Noskaidrot patiesību". Seriāls. 18.00 "Šovakar". Zinu raidījums.
-------------	---	---

**PK**	6.40, 14.5 "Rībīcē". Vācijas saulgrieži". Melodrāma. 7.10, 10.00 "12.00, 15.00 "Zīpas". 8.00, 10.25 "Labākās brivdienas kopa ar PBK. Snielklīgas filmas". 8.10 "Labākās brivdienas kopa ar PBK. Snielklīgas filmas". 8.30 "Modems spriedums". Realitātes šovs. 9.45 "Mācītāja vārds". Realitātes šovs. 12.20 "Klūstēt par manu vīnu!". Koniska melodrāma. 14.05, 15.17, 20, 22.20 "Izmeklētāja cītī". 14.05 "Par Ziemassvētku veitī". 14.05 "Kāpēc?". 14.05 "Kas, viņam slīkti? Nēdēļu pastrāda, un pēc tam gads brīvs!"	6.40, 14.5 "Rībīcē". Vācijas saulgrieži". Melodrāma. 7.10, 10.00 "12.00, 15.00 "Zīpas". 8.00, 10.25 "Labākās brivdienas kopa ar PBK. Snielklīgas filmas". 8.10 "Labākās brivdienas kopa ar PBK. Snielklīgas filmas". 8.30 "Mod

<b>LTV 1</b>	17.05 "Noskaidrot patiesību". Seriāls. 5.00 "700 pasaules brīnumi". Atk.	10.35 "Smieklīgakie videokuriroiži". Seriāls. 18.00 "Šovakar" Žīpu raid. 18.30 "100 līdz 100" Atk. 19.00 "Mūsu Čārlis 15". Seriāls. Atk. 5.30 "Ielas garumā". Atk. 6.00 "LR valsts himna". 6.02 "Smalkais stils". Komēdijseriāls. 6.35 "Rita Panorāma". 8.35 "Alpu dakteris 7". Seriāls. 9.35 "Patvērums mīlestībai". Seriāls.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Vākara žīnas". 17.50 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 12.40 "Animācijas serīlai". 13.35 "UgunsGreks 11". Seriāls. 15.25 "Īstas mājsaimnieces. Orindžā 4". Realitātes seriāls.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Vākara žīnas". 17.50 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 12.40 "Animācijas serīlai". 13.35 "UgunsGreks 11". Seriāls. 15.25 "Īstas mājsaimnieces. Orindžā 4". Realitātes seriāls.	13.45 "Eiropas spēles Baku 2015". 5.00 "700 pasaules brīnumi". Atk.	15.45 "Viennērformāl "Deutsche Welle" žurnāls". 5.30 "Jelass garumā". Atk. 6.00 "LR valsts himna". 6.02 "Smalkais stils". Seriāls. 6.35 "Rita Panorāma". 8.35 "Milas viesulis 9". Seriāls. 20.00 "laiks". 20.40 "Brīnumu lauks". TV spele.	15.00 "Likums un kārtība; Lielbritānija 2". Seriāls. 16.15 "Firma". Seriāls. 17.05 "Noskaidrot patiesību". Seriāls. 18.00 "Šovakar" Žīju raidījums.	5.00 "Likums un kārtība; Lielbritānija 2". Seriāls. 5.45 "Firma". Seriāls. 6.35 "Animācijas serīlai". 9.00 "Varenās pīles 2". Gimenes komēdija. 11.05 "Elementāri, Vatsoni!2". Seriāls.	6.00, 1.20 "Euronews". Informatīvs raidījums. 6.30, 9.00, 12.15, 15.00 "Zīpas". 6.40, 12.40 "Labākās brīvdienas kopā ar PBK. Animācijas filma".											
<b>LNT</b>	10.35 "Televīkala skatlogs. Top-Shop piedāvā". Seriāls. 10.35 "Televīkala skatlogs. Top-Shop piedāvā". Seriāls. 10.50 "Kalle nāk". Seriāls. 12.30 "Televīkala skatlogs. Top-Shop piedāvā". Seriāls. 12.50 "Gārfielda ūrs". 13.20 "Animācijas seriāls". 13.20 "Dardarija. Zeme, kurā vien ir iespējams". Atk. 13.50 "Televīkala skatlogs. Top-Shop piedāvā". Seriāls. 14.05 "Province". Atk. 14.35 "Smalkais stils". Komēdiseriāls. 15.10 "Maklauda meitās". 16.05 "Patvērums mīlestībai". 17.05 "Alpu dakteris 7". Seriāls. 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Ezera sonāte". Rīgas kinostudijas psiholoģiska drāma. 20.30 "Panorāma". 21.10 "Agata Kristi, Eriks Puaro un Hērakla varonjdarbi". 23.00 "Nakts žīnas". 23.15 "Latvijas slāgeraptauja 2015". Atk. 0.10 "Kalle nāk". Seriāls. 1.50 "XII latvijas skolu īauņatnes dziesmu un deju svētki". Folkloras konkursu uzvarētāju koncerts. Atk. 3.45 "LTV - 60. Zelta arhīvs". Atk.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "Sirdsmīļā Monika". 22.10 "Vecpūsis 11". Realitātes šojs.	15.15 "Bez liecinietiem". Seriāls. 15.55 "Vākara žīnas". 17.00 "Ušainā aukle 2". Seriāls. 17.50 "Uz mūžu tava". 18.00 "Dienas žīnas". 18.50 "Zīnas sesijs". 19.00 "Uz mūžu tava". 19.50 "Nakts žīnas". 20.00 "Līpukrāsu pavēlnieces". 20.35 "Degpunktā". 21.10 "

# Trešdiena, 15.jūlijs

Vārdadienu svin: Egons, Egmonts, Egija, Henriks, Heinriks

LTV 1	TV 3
5.00 "700 pasaules brīnumi". Atk.	15.45 "Europa fokusā, Deutsche Welle žurnāls".
5.30 "Ielas garumā". Atk.	16.15 "SOKO Vismāra". Seriāls.
6.00 "LR valsts himna".	17.05 "Noskaidrot patiesību".
6.02 "Smalkais stils". Seriāls.	18.00 "Šovakar. Zīpas".
6.35 "Rita Panorāma".	18.30 "Mūsu Čarljs 15.". Atk.
8.35 "Milas viesulis 9". Seriāls.	19.05 "Mūsu Čarljs 15.". Seriāls.
9.35 "Patvērumus mīlestībai". Seriāls.	19.50 "Lielo ezeru dzīlēs".
10.35 "Televeikala skatlogs. Top-Shop piedāvā".	20.05 "Istās mājsaimnieces".
10.50 "Izauciet vecmāti!4".	20.50 "100 g kultūras. Personība". Atk.
11.50 "Selfrīdzis". Seriāls.	21.05 "Usainā aukle 2". Seriāls.
13.00 "Televeikala skatlogs. Top-Shop piedāvā".	21.50 "Kamerūna". Dokumentāla filma.
13.20 "Animācijas seriāls".	22.05 "Istās mājsaimnieces. Orindža 4". Realitātes seriāls.
14.20 "Televeikala skatlogs. Top-Shop piedāvā".	22.35 "Istās mājsaimnieces. Orindža 4". Realitātes seriāls.
14.35 "Smalkais stils". Seriāls.	23.05 "Dzīnis Eiropā". Atk.
15.10 "Maklauda meitas". Seriāls.	23.35 "Celotuns apkārt pasaulei". Dokumentāls seriāls.
16.05 "Patvērumus mīlestībai". Seriāls.	17.00 "Rozenheinas detektīvi 9".
17.00 "Milas viesulis 9". Seriāls.	0.10 "Kāpec esmu viens?" Atk.
18.00 "Dienas zīpas".	0.55 "Olimpiskie zelta mīklī". Dokumentāla filma.
18.53 "Ceļurā studija".	1.25 "Eiropu fokusā, Deutsche Welle žurnāls".
19.20 "Smalkais stils". Seriāls.	16.25 "Viņas melo labāk 3". Seriāls.
20.08 "Panorāma".	17.15, 3.50 "Viegprātīgā sieviete". Seriāls.
21.08 "Latvija. Viking Lotto".	17.40 "Dzīves krustceļes".
21.15 "Vecā jūrieku līgza". Rīgas kinostudijas drāma.	18.00 "TV3 zīpas".
22.35 "Senegāla". Dokumentāla filma.	19.00 "TV3 zīpas".
23.05 "Nākts zīnas".	19.35 "Bez tabu".
23.20 "Istās latvju saimnieces".	20.20 "Viņas melo labāk 3". Seriāls.
0.20 "Emīls Dārzīņš". LTV testudejums.	21.15 "Kāsoles divas krāsas". Seriāls.
1.15 "Lilhamnera 2". Seriāls.	21.35 "Kāsoles divas krāsas". Seriāls.
LTV 7	TV 5
5.00 "Sems. Laboratorija". Atk.	0.10 "Apokalipes vēstneši".
5.30 "1000 iūdzes Urātu kalnos".	0.45 "Tīcīgo uzvaras balss".
6.00 "LR valsts himna".	1.05 "Simpsoni". Animācijas seriāls.
6.03 "1000 iūdzes Urātu kalnos".	1.30 "Istās mājsaimnieces. Orindža 4". Realitātes seriāls.
6.30 "Projekts Nākotne".	1.70 "Televeikala skatlogs".
7.00 "Mikrofona ieraksti". Atk.	2.00 "Likums un kārtība: Liebītānija 2". Seriāls.
8.35 "Noskaidrot patiesību". Seriāls.	2.20 "Televeikala skatlogs".
9.25 "Maklauda mīetas". Seriāls.	2.60 "Soden novados".
10.20 "Mīsu Čarljs 15". Seriāls.	3.05 "Rozenheinas detektīvi 9".
12.50 "Cītadi latviskais". Atk.	3.40 "Gālīeo 3".
13.20 "Dzīnis Eiropā". Atk.	4.15 "Televeikala skatlogs".
13.50 "Kā Latvijas skolu jaunatnes dziesmu un dēļu svētki". Kokju mūzikas koncerts. Atk.	4.40 "Smalkais stils". Seriāls.
15.20 "TV - 60. Zelta arhīvs".	4.75 "Smalkais stils". Seriāls.
LTV 7	TV 7
5.00 "Sems. Laboratorija". Atk.	5.00 "Nabaga ļala". Seriāls.
5.30 "1000 iūdzes Urātu kalnos".	5.45 "Tīcīgo uzvaras balss".
6.00 "LR valsts himna".	6.00 "Nākts mūzika TV5".
6.03 "1000 iūdzes Urātu kalnos".	6.40 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
6.30 "Projekts Nākotne".	7.00 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
7.00 "Mikrofona ieraksti". Atk.	7.40 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
8.35 "Noskaidrot patiesību".	8.00 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
9.25 "Maklauda mīetas". Seriāls.	8.40 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
10.20 "Mīsu Čarljs 15". Seriāls.	8.80 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
12.50 "Cītadi latviskais". Atk.	9.20 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
13.20 "Dzīnis Eiropā". Atk.	9.60 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
RTR ROSSIJA	TV 5
14.00 "LNT dienas zīnas".	10.00 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
14.20 "Televeikala skatlogs".	10.40 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
14.35 "Lūpukrasu paveinieces 2". Komēdijs. Krievijas seriāls.	11.00 "NCIS: Losandželosa 1". Seriāls.
Līdz plkst. 12 - raidītāja profilakse.	RTR ROSSIJA
15.35 "Nemelo man!". Krievijas seriāls.	12.00 "R.Pičere. Vasaras saulgrieži". Melodrama.
16.50 "Uz mūžu tava seriāls.	14.00 "LNT dienas zīnas".
17.50 "Zījas sešos".	14.20 "Televeikala skatlogs".
18.00 "Uz mūžu tava seriāls.	14.45 "Lūpukrāsu pavārīnieces 2". Seriāls.
18.41 "Sporta un laika zījas".	14.70 "Televeikala skatlogs".
18.53 "Ceļurā studija".	15.10 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
19.20 "Smalkais stils". Seriāls.	15.35 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
20.30 "Panorāma".	15.70 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
21.10 "Musketieri 2". Seriāls.	16.10 "Uz mūžu tava seriāls.
22.10 "Festivāls "Baltica 2015". Mantotūma vakars".	16.50 "Uz mūžu tava seriāls.
23.35 "Mate un meita". Dok. Krimināldrāma.	17.50 "Zījas sešos".
23.20 "Istās latvju saimnieces".	18.00 "Uz mūžu tava seriāls.
0.20 "Emīls Dārzīņš". LTV testudejums.	18.40 "Akapulko". Seriāls.
1.15 "Lilhamnera 2". Seriāls.	18.55 "Nabaga ļala". Seriāls.
LTV 7	TV 7
5.00 "Sems. Laboratorija". Atk.	19.30 "Gimenes izmērs". TV šovs.
5.30 "1000 iūdzes Urātu kalnos".	19.30 "Nemelo man!".
6.00 "LR valsts himna".	20.00 "Nākta ar liljām". Krievijas seriāls.
6.03 "1000 iūdzes Urātu kalnos".	20.30 "Panorāma".
6.30 "Projekts Nākotne".	21.10 "Musketieri 2". Seriāls.
7.00 "Maklauda mīetas". Seriāls.	22.10 "Festivāls "Baltica 2015". Mantotūma vakars".
8.35 "Noskaidrot patiesību". Seriāls.	23.30 "Cīkāgas sardē". Seriāls.
9.25 "Maklauda mīetas". Seriāls.	23.45 "Vladimira Barkovska kodoldārāma".
10.20 "Mīsu Čarljs 15". Seriāls.	23.50 "Atjaunošanās prieks".
12.50 "Cītadi latviskais". Atk.	24.00 "Vakars@22". Informatīva vakata programma.
13.20 "Dzīnis Eiropā". Atk.	24.30 "Urazabairam". Krievijas seriāls.
13.50 "Kā Latvijas skolu jaunatnes dziesmu un dēļu svētki". Kokju mūzikas koncerts. Atk.	25.30 "Mēness tumšāja pusē". Krievijas seriāls.
14.20 "TV - 60. Zelta arhīvs".	25.50 "Kriminālinformācija +".
Līdz plkst. 900 - raidītāja profilakse.	TV 3
15.45 "Projekts Nākotne".	26.05, 1.55 "Euronews".
15.45 "Deutsche Welle žurnāls".	6.35, 9.00, 12.15, 15.00 "Zījas".
16.15 "SOKO Vismāra". Seriāls.	6.45, 12.40 "Labakas brīvdienas kopā ar PBK. Animācijas filmas".
17.05 "Noskaidrot patiesību".	7.00, 9.25 "Lielbritānija 2". Seriāls.
17.05 "Istās mājsaimnieces. Orindža 4". Realitātes seriāls.	7.00, 9.25 "Arpus likuma". Dok.
17.40 "Kāstas divas krāsas". Seriāls.	7.40 "Kāstas divas krāsas". Seriāls.
17.40 "Kāstas divas krāsas". Seriāls.	8.00 "Resnīši". Komēdija.
17.40 "Kāstas divas krāsas". Seriāls.	8.40 "Elementāri, Watson!2".
17.40 "Kāstas divas krāsas". Seriāls.	9.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
PK	PK
1.05 "Nākta mūzika TV5".	9.00 "UgunsGrēks 11". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	10.00 "Mūsu Čarljs 15". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	11.00 "Mūsu Čarljs 15". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	12.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	13.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	14.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	15.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	16.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	17.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	18.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	19.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	20.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	21.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	22.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	23.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	24.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	25.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	26.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	27.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	28.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	29.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	30.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	31.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	32.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	33.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	34.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	35.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	36.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	37.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	38.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	39.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	40.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	41.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	42.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	43.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	44.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	45.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	46.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	47.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	48.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	49.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	50.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	51.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	52.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	53.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	54.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	55.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	56.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	57.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	58.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	59.00 "Usainā aukle 2". Seriāls.
1.05 "Nākta mūzika TV5".	60.00 "

# kā karalvalstī...



**Neviens meistars neuztaisis labāk par mājas saimnieku.** "Šķiet, nav tāda darba, ko virs neprastu. Arī attēlā redzamais grils ir vīra garadarbs, kas pēc darba brīvajā laikā tapa trīs dienās un izveidots no vecas vācu šujmašinas "Singer" un automašinas gāzes balona," stāsta Sanita. Jāpiebilst, ka nav piemirsts arī par tādu svarīgu lietu kā temperatūras rādītājs, uz interesantā gaļas cepamā uzraksts arī mājas saimnieka vārds. Turklat tas nav vienīgais pašu rokām uztaisītais grils, jo akurāt tādu pašu, izrotātu ar ozollapām, Orlovsku ģimene uzdāvināja kādam Jānim Jānu dienā. Attēlā redzama mājas saimniece Sanita un viņas jaunākā meita Žaklīna.

## "Sajust, kā sirds sāk dziedāt..."

"Imants Ziedonis reiz teicis: "Lai būtu vieta, kur atbraukt, ar rūpju nomāktu sirdi pavērot apkārti un sajust, kā sirds sāk dziedāt." Tā ir arī mums – atbraucam no darba, apsēžamies uz piemājas soliņa un priecājamies, cik mums šeit ir labi," stāsta SANITA ORLOVSKA, kura kopā ar vīru Žani, meitām Žaklinu, Amandu, suņuku Flēru un diviem kakēniem saimnieko vienā no Viļakas pilsetas Jāņu ielas privātmājām.

Diktis melošu teikdams, ka šādas sajūtas nepārņēma arī mani. Arī ceļš no Balviem uz Viļaku ir diezgan garlaicīgs un vienmūžīgs, tādēļ divtik patīkamāk bija mājas saimnieces Sanitas un meitas Žaklinas laipnā sagaidīšana pie mājas vārtiem. Savukārt ar mājas saimnieku Žani pārmīt kādu teikumu neizdevās, jo viņš tikšanās laikā pildīja darba pienākumus Valsts robežsardzē.

Sanita, kura ikdienā strādā par latviešu valodas un literatūras skolotāju Žiguru pamatskolā, stāsta, ka mājas apkārtnes sakopšana prasa ne tik daudz līdzekļu, kā darba mīlestību, strādīgas rokas un entuziasmu. Tas, kas redzams Sanitas dzīmtās mājas

apkārtnē, pamazām tapis kopš 2007.gada, kad Sanita ar Žani šajā mājvietā sāka saimnieketi kopīgiem pūliņiem. Sanita gan pieticīgi spriež, ka piemājas dārzs izskatās vienkāršs, bet patiesībā katrs krūms un puķu dobe ilgi un diktī meklējusi savu vietu. Virs gan mēdz smieties, ka nepārtrauktā puķu pārstādīšana kādreiz varētu arī rimties. Sanita šādās reizēs atjoko, ka to diezin vai kādreiz izdosies sagaidīt, jo allaž gribas kaut ko jaunu. Jāpiekrīt arī mājas saimnieci, ka neviens meistars neuztaisis labāk par pašu mājas saimnieku, kurš savu darbu dara ar patiesu mīlestību. Tā ir arī Žanim, kurš, pirms ķeras pie darba, sepiņreiz nomēra, un tikai tad griež. Arī neviens puķe dārzā nav iestādīta bez viņa klātbūtnes. Vīrs aizbrauc, nopērk un tad kopā abi lemj, kur kas būs. "Teju viss, kas redzams piemājas dārzā, tapis vīra rokām. Protams, krietnas palīdzīzes ir arī meitas, kuras rūpējas par, piemēram, skaistu piemājas mauriņu. Vecākā no meitām iepraktizējusies arī dārzkopības darbos un bijusi klāt visos celtniecības darbos kā galvenā palīdzīze. Tā pamazām rosāmies. Arī ideju netrūkst, bet daudz kas vēl ir tapšanas stadijā," pastāstīja Sanita.

## Visu cieņu Mikelandželo un Pikaso, bet...



**Mājas ar māksliniecisku akcentu.** Ejot pa Raiņa ielu Balvos, grūti vienaldzīgi aizsolot garām vienai no daudzajām privātmājām, kuras koka žogs pārvērties par īstenu mākslas darbu. Mājas saimnieki DUĻKO ģimene stāsta, ka zīmējuma tapšanā piedalījās ne tikai māsas Karīna (attēlā – no kreisās) un Svetlana, bet arī kaimiņi un draugi no Krievijas, kuri nesen ciemojās Balvos. Meitenes zināja arī pastāstīt, ka appleznoti īpašumi ļoti raksturīgi Baltkrievijā, kur mājas nereti rotā dažādi pašu rokām zīmēti dzīvnieki un dabas skati: "Ciemoties Baltkrievijā, pie katras šādas vietas bija vēlme arī apstāties un skaisto mirkli iemūžināt." Jāpiebilst, ka Duļko ģimenes mājas māksliniecisks akcents vērojams ne tikai uz žoga, bet arī piemājas dārzā, kur savu mājvietu radušas dekoratīvas koka vējdzirnavas, ar zīmējumu rotāta muca un citi interesanti piemājas dārza dizaina risinājumi. "Prieks pašiem un apkārtējiem," ar smaidu sejā stāsta Svetlana un Karīna.

A.Ločmeļa teksts un foto

## CILVEĶ ZINAS

### Upītes latgaliskā dziesma radio un internētā

Nemateriāla kultūras mantojuma centra "Upīte" direktors Andris Slišāns stāsta, ka folkloras kopa "Upīte", realizējot projektu "Upītes puses daudzbalīgos dziesmu ar pusbolsu CD izdošana" veica ierakstus divpadsmīt dziesmām. "Ieraksta laikā dzima ideja, ka kādai dziesmai vaja-dzētu izveidot mūsdienu apdari. Protams, šādu palīdzību lūdzām šķilbēniem, šīs jomas profesionālim Artūram Slišānam. Viņš ar prieku uzņēmās šo darbu un pirms pašiem saulgriežiem tapa dziesmas "Kur tu skrīsi vanadzini?" remix. Dziesmu aizsūtījām uz Latvijas radio. No 20.jūnija to regulāri var dzirdēt visā Latvijā un ar interneta palīdzību visā pasaule "Latvijas radio 2" ēterā. Pašiem par lielu pārsteigumu mūsu dziesma kļuva par visvairāk spēlēto dziesmu šī gada 28.nedēļā. Prieks, ka tiekam novērtēti. Prieks, ka dziesma latgaliešu valodā. Tik veiksmīgs kopdarbs varēja tapt, pateicoties novadniekam Artūram Slišānam par neparasti interesantu remiku, Guntim Rasimam par ierakstu, kā arī Zanei Šmitai par vokālo pedagoģiju, un protams, folkloras kopas "Upīte" lielajiem dziedātājiem," stāsta Andris Slišāns.

### Smaržīgi paliktņi un rotaļīgas bumbiņas



Foto - M.Sprudzāne

Vakar Viļānu apkaimē valdīja liela rosiņa. Ikgadējā Lauku diena bija pulcējusi simtiem cilvēku, kuri aktīvi sekoja dienas programmas norisēm. Līdz ar jaunākās lauksaimniecības tehnikas demonstrējumiem un graudaugu šķirņu izmēģinājumu lauciņu salīdzināšanu, apmeklētājiem bija iespēja pabūt arī nelielā lauksaimnieku ražojumu tirdziņā. Vienā no stendiem savus amatniecības darinājumus piedāvāja Leons Aleksandrovs no Verpuļevas. Tur bija koka karotes, smaržīgi virtuves paliktņi kastroļiem, arī adatainas bumbiņas masāzai un vēl citi ļoti glīti koka izstrādājumi, kas prieceja acis (attēlā).

### Moderni un skaisti



Foto - M.Sprudzāne

Lauku dienas ietvaros Viļānos bija padomāts arī par izklaidēm bērniem. Puikām un meitenēm ļoti patika vizināties rotaļu traktoriņos, kurus viņi paši vadīja, lepni grozīdami stūri. Citi izmantoja iespēju pasēdēt mucu vilcieniņā, kas pārvietojās ar John Deer traktoru.

## NEDĒLAS CITĀTS

**"Aizcietējumiem ļoti labi palīdz meža avenes. It īpaši, ja avenājos sēž lācis..."**

(No interneta portāla draugiem.lv)

**Redakcija atvainojas visiem, kurus "Cilvēkziņas" aizvainojušas vai aizvainos**

Laikraksts "Vaduguns" sadarbībā ar SIA "Senda Dz" reizi mēnesi lasītājiem piedāvā dažadas receptes – vienkāršas un sarežģitas. Šī uzdevuma īstenošanu sarežģī būtisks nosacijums. Proti, produktu iegādei, kas nepieciešami maltītes pagatavošanai, drikst tērēt ne vairāk kā 7,11 eiro.

# Čili pupiņas un zemenes? Jā, kāpēc nē!

ZIGRĪDA LIZINSKA šobrīd kopā ar Aldu Leli saimnieku kafejnīcā "Velvē". Viņa stāsta, ka šī un daudzas citas garšīgas receptes nereti iekļautas kafejnīcas dienas piedāvājumā. Čili pupiņas Zigrīdai iegāšojušās Atlantā, kur dzīvo un strādā meita Linda ar ģimeni. Šī ir recepte, kurā var variēt ar produkta sastāvdaļām un garšvielām, bet šoreiz viņa piedāvā klasisko čili pupiņu recepti. Tā kā otrs ēdiens solās būt sātīgs un sildošs, Zigrīda pagatavo arī biezpiena sacepumu ar zemeņu mērci, kas gatavota no savā dārza izaudzētām zemenēm. Galda liek arī ūdens glāzi ar melisas lapiņām un citronu. Čili pupiņas un zemenes? Jā, kāpēc nē!



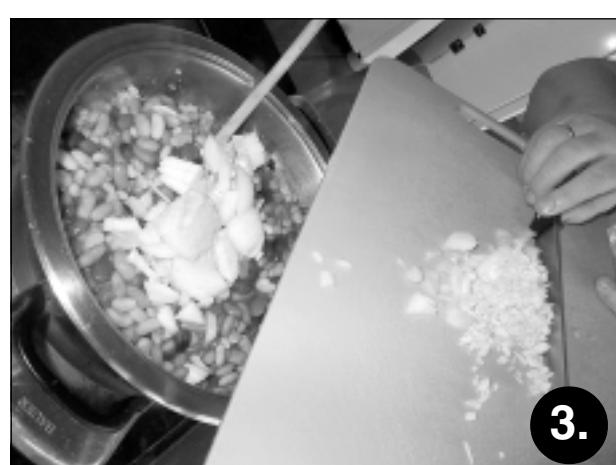
1.

**Izvēlas produktus.** Lai ēdienu pagatavotu ātrāk, veikalā iegādājas "Spilvas" pupiņas tomātu mērcē bez konservantiem, sarkanās "Favorit" pupiņas ar čili un baltās pupiņas. Jāatceras, ka šķidrums no pupiņām ar čili jānokāš, pārējo burciņu saturu liek bļodā ar visu šķidrumu vai mērci un samaisa. Protams, pupiņas var ļemt arī no sava dārza, tikai jāatceras, ka tad gatavošanas process var ieilgt (tās iepriekš jāizmērcē, tad jāvāra).



2.

**Uz plīts.** Nēm kilogramu maltas cūkgalas, sadrupina katlā vai dzīlā pannā un apcep, līdz atsulojas (ja gaļa saldēta), sulu nolej.



3.

**Sautē līdz gatavībai.** Kad gaļa laiciņu sautējusies un vairs nav sarkana, tai liek klāt pupiņas, trīs sagrieztus sīpolus un sešas daivīnas ķiploka. Visu atstāj uz lēnas uguns stundu sautēties. Šajā laikā sagatavo garšvielas – dilles, selerījas (pēc garšas), sāli, čili un melnīs piparūs, ko pievieno, kad ēdiens jau gandrīz gatavs.



**Labu apetīti!** Alda Lele (no kreisās), Zigrīda Lizinska pie galda aicinās arī kolēģi Antru Brokāni un uzciņas kādu draugu, jo otrs un saldais ēdiens paredzēts četrām personām.



4.

**Laiks saldēdiņam.** Nu ir laiks pagatavot saldo ēdienu – biezpiena sacepumu ar zemeņu mērci. Tam nepieciešami 75 grami pilnpiena biezpiena (9%), 2 olas, 3 ēdamkarotes mandeļu milti, 1 ēdamkarote kviešu milti un 100 grami cukura. Zigrīda piebilst, ka mandeļu milti nopērkami Rīgas lielveikalos, no tiem var cept arī pankūkas, sajaucot mīklu pusī uz pusī ar parastajiem kviešu miltiem.



5.

**Mikla ceļo uz cepeškrāsnī.** Ar eļļu iesmērētā cepampapīrā un stikla formā, kas paredzēta cepšanai, liek ar mikseri sablenderēto biezpiena masu, miltus, cukuru un olas. Tad liek cepeškrāsnī (180 grādos) uz 30 minūtēm.



**Kārtō uz šķīvjiem.** Zemenes nomazgā, notīra, sablenderē un pārlej izceptajam biezpiena sacepumam. Rotā ar piparmētru lapiņām.

## Der pamēģināt!

### Čili

"Spilvas" pupiņas tomātu mērcē bez konservantiem, sarkanās "Favorit" pupiņas ar čili, baltās pupiņas; 1 kg maltas cūkgalas; 3 sīpoli; 6 daivīnas ķiploka: garšvielas – dilles vai selerījas, sāls, čili un melnīs piparūs pēc garšas. Gatavu pasniedz ar skābo krējumu vai parmezānu sieru.

### Biezpiena sacepums ar zemeņu mērci

75 grami pilnpiena biezpiena (9%); 2 olas; 3 ēdamkarotes mandeļu milti; 1 ēdamkarote kviešu milti; 100 grami cukura.

Z.Loginas teksts un foto



## Pieredze

# Mērkis – nostabilizēt kolektīvu un turpināt labiekārtošanas darbus

**Pirms 6 gadiem, 13.jūlijā, Latgales Reģionālais atbalsta centrs "Rasas pērlēs" Rugāju novadā, kura uzdevums ir sniegt sociālo rehabilitāciju no prettiesiskām darbibām cietušiem bērniem, uzņēma pirmos iemītniekus. Savu uzdevumu centra kolektīvs godprātīgi pildījis, izmantojot gan valsts piešķirtos līdzekļus, gan meklējot jaunas finansēšanas iespējas palidzības sniegšanā citām mērķa grupām (par ko rakstījām jau iepriekšējā numurā). Paplašinājusies šajos gados arī atbalsta centra saimniecība. "Redzi tur to bišu stropu tīruma malā? Šogad tajā ielaidām pirmo bišu saimi," palepojas centra direktore ILZE ANDŽA.**

Atbalsta centra darbības sākums bija grūts, jo Latvijā no vardarbības cietušu bērnu rehabilitācijas process vēl bija tikai ceļa sākumā. Aizvadītajos gados tas ir attīstījies gan valstī kopumā, gan centrā. Tagad šajā jomā apmācīti speciālisti darbojas gan atbalsta centrā, gan pašvaldībās, kur sniedz palidzību vienkāršākos gadījumos. "Rasas pērlēs" bērnus nogāda tikai ārkārtējos gadījumos, lielākoties no Latgales reģiona pašvaldībām. Taču centra klientu loks ir krietni vien plašaks. "Tās pašvaldības, kuru cilvēki pabijuši pie mums un mūsu sniegtais pakalpojums apmierina, atgriežas centrā vēl. Rehabilitācijas pakalpojumus valsts programmā, kā arī par projektu līdzekļiem, pie mums saņēmuši arī klienti no attālākām pašvaldībām, piemēram, no Bauskas, Ogres, Pļaviņām, Tukuma. Nesen pie mums ieradās trīs klienti no Lielvārdes, kas rehabilitācijas pakalpojumu saņems projekta programmā," saka I.Andža.

Tomēr darbinieku kolektīvs, kā jau tas dzīvē mēdz būt, mainās, tādēj centra direktore vēlme ir, lai speciālistu komanda nostabilizētos. Centrā ir brīva psihologa vakance, taču tiem, kuri piesakās darbā, bieži vien nav pat nojausmas, ko šis darbs nozīmē. Šeit vajadzīgs cilvēks ar Joti specifisku izglītību, tāds, kurš nepārtraukti mācās, lai klientu rehabilitācijas procesā varētu izmantot jaunākās atziņas un metodes.

Centra direktore par atbildīgo darbu ir pateicīga visam kolektīvam, bet jo īpaši tiem darbiniekiem, kuri šeit strādā kopš centra atvēršanas. Un tās ir: Santa Everte, Sandra Ķikuste, Sanita Brezinska, Liga Krauča, Marina Romanovska, Lūcija Šmite, Svetlana Aleksejeva un Inese Bažanova. Atšķirībā no pārējiem sešiem šāda profila centriem Latvijā, "Rasas pērlēs" par sociālajiem audzinātājiem strādā arī 4 jauni vīrieši. Un, protams, pateicība par savējo atbalstu pienākas arī visu darbinieku ģimenes locekļiem.

## Saprast simbolu valodu

**"Rasas pērlēs" iekārtots smilšu spēles terapijas kabinets, kurā savus pienākumus bērnu rehabilitācijā veic IVETA GARGURNE un GUNTA ŠKAPARE. Psiholoģe un psihoterapeite I.Gargurne atklāj, ka smilšu spēle palīdz koriģēt, ja ne pilnībā novērst sāpīgu un traumatisku pieredzi.**

Tas, ka bērni cieš no tuvākajiem cilvēkiem, ir prātam grūti aptverams, jo tieši viņiem vajadzētu būt atbalstam un lielākajam mīlestības avotam. Bet tā nav! Lielākoties bērni, kas nonāk rehabilitācijas centrā, ir dzīvu vecāku bērni, nevis bāreņi, kuru vecāki krituši karā, gājuši bojā celu satiksmes negadījumā, miruši no neārstējamas slimības vai tamlīdzigi.

"Ir grūti atveselot bērnu tik īsā laikā, kas dots centra speciālistiem, proti, 30 dienās, jo bērnam bieži vien jāatgriežas vidē, no kurienes viņš nācis. Pateicoties tam, ka centra kolektīvs iesaistās dažādos projektos, tiek gūts papildus finansējums, kas ļauj centrā uzņemt arī bērnu vecākus. Kompleksi darboties ar visu ģimeni, rehabilitācijas procesam ir lielāka atdevē," apliecinā I.Gargurne. Centra speciālisti palīdz vecākiem, atklājot klūdas, ko viņi pieļauj bērnu audzināšanā, jo vecāki bieži vien paši nākuši no neveiksmīgām ģimenēm un šo pieredzes modeli atkarto. Tādēj ir svarīgi to lauzt, izmantojot iespējamās psiholoģijas un sociālā darba metodes. Dažreiz tas izdodas, dažreiz –ne, tāpēc centra speciālisti meklē aizvien jaunas iespējas bērnu rehabilitācijā. Viena no tām ir smilšu spēles terapija.

Centra darbinieki ir apdrošināti, taču direktore saviem darbiniekiem vēlētos vēl vairāk sociālo garantiju, jo darbs centrā dažreiz ir ar apdraudējumu. Tas saistīts ar klientu un viņu pavadoņu veselības stāvokli un uzvedību. Līdz šim ar problemām tikuši galā paši, apsardze nav bijusi jasauc, taču trausmes poga vienmēr ir darbinieku rīcībā.

Aizvadītajos gados centrā izveidojušās arī savas tradīcijas. Tā ir Rīta pateicības kafija centra labdarīiem Valentīndienā (kad atbalstītāji savām acīm var pārliecīnāties, kur paliek viņu ziedotās lietas, ieskatīties centra ikdienā, piedalīties dažādās centra klientiem piedāvātajās nodarbibās), Sieviešu dienas pasākums, kurā ir jāievēro dreskods (piemēram, "Tumša kā nakts, spoža kā zvaigzne") vai nelīela fotoizstāde par dažādām tēmām - piemēram, darbinieku mātes jaunībā. Vēl šeit notiek pavasara un rudens talkas, Ziemassvētku pasākums, centra jubileja, kas parasti tiek pavadīta ārpus centra telpām ūdeņu tuvumā (šogad, piemēram, ieplānots darbinieku laivu brauciens pa Pededzes upi).

Kad rehabilitācijas centrs vēra durvis, tā "mantība" bija tikai viena ēka. Aizvadītajos gados uzcelta vēl viena ēka, labiekārtotas telpas, atjaunots un papildināts mēbeļu klāsts, centra dārza teritorijā iestāditi augļu kociņi, ierīkota siltumnīca, siksniņa dārzs, volejbola un futbola laukumi. Kā jebkura māja, arī centrs "apaug" ar sadzīvei nepieciešamo, lai cilvēki, darbinieki un arī klienti te justos ērti un omulīgi. Bišu stropu centram uzdāvināja balveniete Mārīte Bērziņa sadarbibā ar firmu "Aspatts", bet centra audzinātāja Lūcija Šmite šopavasar saņēma bišu spīetu un ielaida stropā pirmo bišu saimi. Vēl centrā mitinās kaķu ģimene Moris un Murlize, kuri paši atrada ceļu un atzina to par savām mājām.

Direktores plānos ir turpināt labiekārtot centra teritoriju, izveidojot transporta līdzekļu stāvlaukumu darbinieku automašīnām ārpus centra teritorijas. Tad centra teritorijā atbrīvotos vairāk vietas, kur bērniem izskrieties, varētu izveidot arī veloceliņu. "Fiziskās aktivitātēs vislabāk atbrīvoties no spriedzes, negatīvām emocijām, mācīties ieklausīties un sadarboties, kas arī ir mūsu centra darbības uzdevums," saka I.Andža. Taču mērkis nav tik viegli sasniedzams, jo tādi naudas līdzekļi valsts rehabilitācijas programmā netiek paredzēti, tāpēc pašiem jāmeklē iespējas ieceres īstenot. Pagaidām nevar palīdzēt arī "Rasas pērlē" lielākais atbalstītājs Latvijas Bērnu fonds, jo būvē jaunu krīzes centra ēku Allažos. Vēl rūpes sagādā augļu dārzam nepieciešamais žogs, jo stirnas un zaķi ziemā nāk ciemos. Arī šeit vajadzīgi lieli līdzekļi, jo žoga kopgarums ir aptuveni 180 metri.



**Mājturibas kabinetā.** Sociālā darbiniece Ginta Švekere kopā ar valsts programmas bērniem mājturibas kabinetā gatavo salātus un cep keksiņus, māca klāt galdu.



**Āra terase.** Centra bērniem ļoti patīk uzturēties terasē, kur, sēžot mīkstās mēbelēs, var paslēpties no saules, bet ir svaigs gaiss un pūš atspirdzinošs vējiņš. Centra direktore Ilze Andža (no labās) stāsta, ka mēbeles terasei šogad saņemtas no Francijas labdarības organizācijas "AIMA", ko palīdzējusi sarūpēt Francijā dzīvojošā latviešu Inta Byler.

### Fakti:

Centra darbības laikā no 2009.gada 13.jūlija līdz 2015. gada 9.jūlijam "Rasas pērlēs" rehabilitāciju saņēmuši: 1228 bērni un 325 pieaugušie.

Valsts programmā: 1219 bērni un 200 pieaugušie.

Projektos: 124 pieaugušie un 9 bērni.

2009. gadā: 69 bērni, 11 pavadoņi

2010. gadā: 194 bērni, 28 pavadoņi

2011. gadā: 197 bērni, 36 pavadoņi

2012. gadā: 239 bērni, 31 pavadoņis

2013. gadā: 248 bērni, 31 pavadoņis

2014. gadā: 272 bērni, 46 pavadoņi

Līdz šī gada 9.jūlijam: 155 bērni un 17 pavadoņi



**Smilšu spēles terapijas kabinets.** Spēles smilšu kastē vērš par labu sāpīgu pieredzi. Smilšu spēles terapijas kabinetā ir divas smilšu kastes - viena ar sausām, otra - slapjām smiltīm, bet plauktos pie sienas milzīgs daudzums dažādu mazu, smalku mantīnu. Tur ir cilvēku, dzīvnieku, putnu figūriņas, augi, koki, puķes, automašīnas, laivas, akmentiņi... Tikko klāstu papildinājušas Guntas Škapares no Grieķijas atvestās dievu figūras. "Figūriņu vākšana ir psihologa mūža darbs," atklāj I.Gargurne.

Lappusi sagatavoja I.Zinkovska

Foto - J.Kirsanovs

Foto - J.Kirsanovs

Foto - J.Kirsanovs

## Īsumā

Ģimenes valsts pabalsta izmaksas vasarā izlaidumu klašu audzēkņiem

**Ministru kabineta noteikumi paredz, ka ģimenēm par bērniem, kuri jūnijā pabeiguši 9. klasi, no 1.jūlija ģimenes valsts pabalsta izmaksu pārtrauc un Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūra (VSAA) to neizmaksā par jūliju un augustu.**

Ja skolēns septembrī uzsāk mācības 10.klasē, tad pabalsta izmaksas atsākšanai izziņa no mācību iestādes nav nepieciešama. VSAA par bērniem, kas mācās vispārējās izglītības iestādē, informāciju septembrī saņems no Izglītības un zinātnes ministrijas (IZM) un, pamatojoties uz šo informāciju, turpinās izmaksāt ģimenes valsts pabalstu.

Ja bērns pēc 15 gadu vecuma sasniegšanas turpina mācīties profesionālās izglītības iestādē un nesaņem stipendiju, tad pabalstu turpina maksāt līdz 19 gadu vecuma sasniegšanas dienai. Šajā gadījumā septembrī vecākiem jāiesniedz izziņa no mācību iestādes Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūrai.

Ja jaunietis uzsāk mācības profesionālās izglītības iestādē un saņem stipendiju, tad septembrī VSAA nodalā jāiesniedz izziņa no skolas, lai saņemtu pabalstu par jūliju un augustu. Par turpmāko periodu pabalsts netiks izmaksāts.

Pabalsta izmaksu par bērniem, kuri turpinās mācības, VSAA atjaunos no oktobra, izmaksājot arī no 1.jūlija līdz 30.septembrim neizmaksātos pabalstus.

Par skolēniem, kuri pabeidz 8.,10. vai 11.klasi VSAA ģimenes valsts pabalsta izmaksu nepārtrauks un turpinās maksāt arī par vasaras mēnešiem.

Pabalstu pēc 12.klasses absolvēšanas, neatkarīgi no jaunieša vecuma, VSAA pārtrauc izmaksāt no 1.jūlija.

## PVD aicina ogotājus un sēnotājus mežā būt vērīgiem

**Pārtikas un veterinarais dienests (PVD) informē, ka šajā vasarā, kad joprojām pastāv augsts Āfrikas cūku mēra (ĀCM) izplatīšanās risks, ogotāji un sēnotāji mežā vai tā apkārnē var atrast netikai ogas un sēnes, bet uziet arī nepatikamu pārsteigumu - beigtu meža cūku. Par to lūdzam informēt Pārtikas un veterinaro dienestu.**

Lai mazinātu slimības izplatības risku, dzīvnieka līķis pēc iespējas operatīvāk jāiznīcina, tāpēc aicinām sniegt precīzu informāciju par meža cūkas atrašanās vietu, kā arī netuvoties dzīvnieka līķim un neaiztikt to.

Atgriežoties mājās pēc ogošanas, sēnošanas, medībām vai meža darbiem, iesakām notīrīt un nomazgāt apavus un to zoles. Īpaši piesardzīgiem jābūt iedzīvotajiem, kuri tur mājas cūkas vai ir nodarbināti cūkkopības nozarē.

PVD informē, ka līdz 5.jūlijam ĀCM konstatēts 312 meža cūkām 21 novada 52 pagastos, un skaiti turpina pieaugt. Piemēram, no 1.jūlija līdz 5.jūlijam ĀCM šogad jauni gadījumi meža cūkām konstatēti 6 novadu 8 pagastos.

Par mežos atrastajām beigtajām meža cūkām Pārtikas un veterinaro dienestu ir informējuši mednieki, mežstrādnieki, mežsargi un iedzīvotāji.

## Veiksmes prognoze

**11.jūlijs.** Klusā sestdiena, kad skaļa kliegšana nepalīdzēs sasniegāt mērķi un pierādīt savu taisnību. Tu tikai pārpūlesi balss saites. Tāpat aukstu alu, kolu vai saldējumu atdod ienaidniekam, bet pats izvēlies karstu šokolādes dzērienu vai liepzielu tēju, tad tiešām nesaslimsi ar angīnu. Ja šodien dodies izklaidēties, tad savas vērtīgākās mantas noslēp mājās aiz trejdeviņām atslēgām.

**12.jūlijs.** Kašķīgā svētdiena, kad centies būt iecietīgs gan pret bērnu, gan pret savu kaķi (vai suni). Un atceries, ka šodien klusēšana – zelts, bet runāšana – sudrabs, jo kādu šodien izteikto frāzi Tev var nākties nozēlot jau rītdien. Tāpēc no tiešiem kontaktiem ar radiem, kaimiņiem vai biznesa partneriem labāk izvairīties. Labāk to darīt pa telefonu vai skaitupi.

**13.jūlijs.** Jau sen Tava virtuve un vannas istaba lūdz remontu? Ja šodien to mēģināsi uzsākt, Tev viss izdosies. Varbūt ir vērts pamēģināt? Diena piemērota jebkura darba veikšanai. Arī lai aprunātos un paciemotos pie vecākiem vai radiniekiem, nodarbotos ar ikdiens darbiem un darbiniem.

**14.jūlijs.** Piesardzīgā otrdiena, kad pārbaudi savu siltumnīcu, vasarnīcu, garāžu vai šķūnīti. Iespējams, ka kāds garnadzis var iekārot Tavu mantu. Tāpat seko tam, ko šodien lieto uzturā. Asa, trekna un smaga barība var radīt problēmas ar kūnīti, aknām, aizkūnīti utt. Toties diētiska pārtika un nesaldināts šķidrums šodien darīs brīnumus, palīdzot Tev tikt vajā no liekajiem gramiem (vai pat kilograma).

### Pareģe Ilga

\* Veiksmes un laika ziņu prognozi lasiet arī vaduguns.lv, tālr. 29365609

## Informē UR

### Kā rīkoties, ja pirms dalībnieku reģistra nodalījums nav iesniegts Komerclikumā noteiktajā termiņā?

**Pirms dalībnieku reģistra nodalījums visām divu vai vairāku dalībnieku SIA Uzņēmumu reģistrā, saskaņā ar Komerclikumu, bija jāiesniedz līdz šī gada 30.jūnijam. Sākotnējie Uzņēmumu reģistra statistikas dati liecina, ka prasības izpildījuši vien 38% jeb 13 038 kapitāls biedrības. Esam sagatavojuši piecus ieteikumus, kā rīkoties un kas jāņem vērā visām divu vai vairāku dalībnieku SIA, kuras prasības vēl nav izpildījušas.**

#### Neatlieciet prasību izpildi – dokumenti ir jāsakārto!

Pienākumu iesniegta pirms dalībnieku reģistra nodalījumu sabiedrībām ar ierobežotu atbildību noteica grozījumi Komerclikumā, kas spēkā stājās 2013.gada 1.jūlijā jeb tā dēvētie antireiderisma grozījumi, un Komerclikuma prasības ir saistītas visiem komercdarbības veicējiem Latvijā. Ar mērķi atvieglo prasību izpildi uzņēmējiem, šī gada 4.jūnijā spēkā stājās Komerclikuma grozījumi, nosakot, ka Komerclikumā noteiktais termiņš (šī gada 30.jūnijā) nav saistošs viena dalībnieka SIA, tomēr tas paliek saistīšs visām divu vai vairāku dalīb-

nieku SIA. Tāpat aicinām ņemt vērā, ka Komerclikums paredz arī prasību neizpildījušo SIA likvidāciju, tomēr tas noteikti nenotiks bez brīdinājuma. Likvidācija nav automātiska - sākotnēji Uzņēmumu reģistrā nosūtīs aicinājumu novērst konstatētos trūkumus – ja noteiktais termiņā tas netiks izdarīts, Uzņēmumu reģistrā būs tiesīgs vērsties ar prasības pieteikumu tiesā par sabiedrības darbības izbeigšanu un likvidācijas procesa uzsākšanu. Tāpēc aicinām neatlīkt prasību izpildi un sakārtot dokumentus!

#### Iepazīstieties ar sagatavotajiem atbalsta materiāliem – tie atvieglo prasību izpildi!

Mēs saprotam, ka dokumentu aizpildīšana var likties sarežģīta un laikieltpīga, tāpēc, lai sniegtu atbalstu uzņēmējiem, Uzņēmumu reģistrā izveidojis informatīvo vietni www.sakartopapirus.ur.gov.lv, kur pieejama visa aktuāla informācija saistībā ar prasību izpildi – dokumentu un veidlapu paraugi, informatīvie bukleti, video pamācības latviešu valodā, kā arī ar subtiriem krievu valodā u.c. Aicinām iepazīties ar šiem atbalsta dokumentiem, jo tie atvieglos prasību izpildi!

#### Izvēlieties parakstu apliecināšanas veidu savlaikus!

Nemiet vērā, ka paraksti uz pirmā dalībnieku reģistra nodalījuma ir jāapliecina notāri. Parakstu apliecināšana var notikt: sagatavojot dokumentu elektroniski un parakstot ar drošu elektronisko parakstu un laika zīmogu (vienas e-parakstīšanās reizes cena – 0,41 EUR), pie Uzņēmumu reģistra valsts notāra (izmaksas ir 7,11 EUR par parakstu) vai pie zvērināta notāra (izmaksas saskaņā ar cenrādi),

#### Iesniedziet dokumentus!

Lai izvairītos no rindām un lieka laika patēriņa, aicinām aizpildīt un iesniegt pieteikumu elektroniski. Taču ņemiet vērā, ka dokumentus var iesniegt arī klātienē un pa pastu (nosūtot vai, ierodoties tajās reģionālajās nodalījās, kur uzņēmums sākotnēji reģistrēts), kā arī nosūtot uz e pastu: info@ur.gov.lv (parakstītus ar drošu elektronisko parakstu un laika zīmogu).

#### Gaidiet lēmumu!

Iesniegtos dokumentus izskatīs Uzņēmumu reģistra notārs, un Jūs saņemtiet atbildi par pieņemto lēmumu.

## Zini un izmanto

### Piešķirs izdienas pensijas arī ātrās palīdzības darbiniekiem

**Saeima galīgajā lāsījumā pieņēma deputātu iešniegto likumprojektu, kas paredz izdienas pensijas Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta (NMPD) darbiniekiem.**

Izdienas pensiju saņems NMPD ārstniecības personas un neatliekamās medicīniskās palīdzības brigādes personas, kuras nav ārstniecības personas, ja to izdienas stāžs ir ne mazāks par 20 gadiem un tās sasniegūšas 55 gadu vecumu.

Pamatojot izdienas pensiju nepieciešamību, likumprojekta autori iepriekš norādījuši, ka NMPD darbinieku darba vide un apstākļi pielīdzināmi darba apstākļiem, kādos savus pienākumus pilda Iekšlietu ministrijas padotības iestāžu nodarbinātie, kuri veic operatīvo darbību, tostarp glābšanas darbus; ātrās palīdzības darbinieki tiek pakļauti citu personu agresīvai rīcībai. Šie riski pielīdzināmi arī pārējām nodarbināto grupām, kuras jau šobrīd saņem izdienas pensijas.

Nodrošinot neatliekamo palīdzību, darbinieki veic ar īpašu risku saistītu darbu, kas prasa paaugstinātu

psiholoģisko un fizisko slodzi, un to NMPD nevar novērst ar darba aizsardzības pasākumiem. Veicot savus uzdevumus, darbinieks sev piemītīs un darbam nepieciešamās fiziskās un psihomēcīnālās spējas pakāpeniski zaudē tieši darba vides faktoru ietekmē. Brigāžu darbinieku fiziskā novecošanās un ar gadiem progresējošie fiziski spēju zudumi rada risku, ka netiks nodrošināta kvalificēta NMPD saslimušajiem un cietušajiem veselībai un dzīvībai kritiskās situācijās, skaidrojuši likumprojekta autori.

Jaunais likums nodrošinās darbiniekiem iespēju saņemt sociālās garantijas pirms darbspēju zuduma un tās izmantot, lai pielāgotos jaunajai situācijai. Šobrīd kļūst arvien aktuālāka situācija, kad veselības stāvoklis liek darbiniekam darbu atstāt pirms pensijas vecuma sasniegšanas vai arī darbinieki cēsas paildzināt nostrādāto laiku NMPD, atrodoties ilgstošā prombūtnē un noformējot darba nespējas lapu, teikts likumprojekta anotācijā.

Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta neatliekamās medicīniskās palīdzības nodrošināšanā iesaistīto darbinieku izdienas pensiju likums stāsies spēkā 2016.gada 1.janvārī.

Nakts	Diena
S 11.07	Mākslīns +12
Sv 12.07	Skaidrs +13
P 13.07	Skaidrs +12
O 14.07	Apmācies +14
	Mākslīns, neielis lietus +19
	Apmācies, neielis lietus, pērkona negaiss +19

## Pērk

## Dažādi

## Pārdod

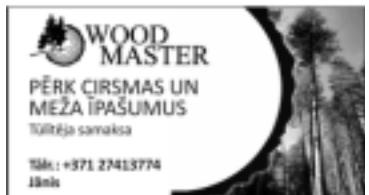
**Z.S "Strautiņi" iepērk mājlopus.**  
Samaksa tūlītēja. Labas cenas.  
Tālr. 29411033.

**SIA "Lauku Miesnieks" iepērk mājlopus.**  
Augstas cenas. Samaksa tūlītēja. Svari.  
Tālr. 20207132.

**SIA "LATVIJAS GALĀ" iepērk liellopus, jaunlopus, aitas, zirgus.**  
Samaksa tūlītēja. Svari. Tālr. 28761515.

**SIA "AIBI" pērk liellopus, jaunlopus, aitas, kazas, zirgus.**  
Labas cenas! Samaksa tūlītēja.  
Svari. Tālr. 26142514, 20238990.

**Uzņēmums iepērk bērza papīrmalku.**  
Laba cena, tūlītēja samaksa.  
Tālr. 26580479.



**SIA "Senlejas" pērk liellopus, teļus, jērus.**  
Augstas cenas bioloģiski audzētiem liellopiem. Samaksa tūlītēja.  
Tālr. 26604491, 26319888, 65033720.

Pērk mežu, cirsmas.  
Samaksa tūlītēja.  
Tālr. 29100239.

Pērk zemi ar mežu,  
no 1400 EUR/ha.  
Tālr. 26350060.

Pērk medaļas, nozīmītes,  
fotogrāfijas.  
Tālr. 26233662.

Pērk, nomā  
lauksaimniecības zemi  
Rugāju novadā.  
Tālr. 26287511.

Pērk zaru kaudzes pie ceļa.  
Tālr. 29199067.

Pērk mežus ar zemi.  
Tālr. 26346688.

Pērk graudus. Sniedz graudu  
pārvadāšanas pakalpojumus.  
Tālr. 26758414.



SIA ALŅIAS IEPĒRK ZĀGBALKUS EUR/m <sup>3</sup>						
Egle						
Diametrs	3,7	4,3	4,9	5,5	6,1	
Garums	44	44	44	44	44	
14-17	44	44	44	44	44	
18-24	58	58	62	62	62	
25+	58	58	62	62	62	

SIA ALŅIAS IEPĒRK ZĀGBALKUS EUR/m <sup>3</sup>						
Priede						
Diametrs	3,7	4,3	4,9	5,5	6,1	
Garums	3,7	4,3	4,9	5,5	6,1	
14-17	44	40	43	43	43	
18-24	60	55	60	60	60	
25+	60	55	60	60	60	

Garumus iepriekš saskapot!  
Piegādes vieta: Varkājai. Ir transports!  
[www.alnias.lv](http://www.alnias.lv)

SAMAKSA VIENAS DIENAS LAIKĀ!  
Tālr. 29806775, 25916403, 64866070

**SIA "ALLENS" iepērk mājlopus.**  
Samaksa tūlītēja.  
Tālr. 29494978, 29489778.



**SIA RENEM iepērk jaunlopus, liellopus, aitas, zirgus.**  
ELEKTRONISKIE SVARI.  
Tālr. 65323848, 26373728,  
29996309

SIA "Sendija"  
iepērk lapu, skujkoku taru, malku,  
papīrmalku, cirsmas.  
Zarus šķeldšanai.

Tālr. 29495199, 29183884.

Pērk meža ipašumus ar zemi.  
Tālr. 29433000.

Pērk mežus ipašumā, cirsmas,  
maksāju vairāk  
nekā zviedri, dāni kopā.  
Tālr. 26287511.

SIA "PRIME - MOVER" sniedz  
mežizstrādes pakalpojumus meža  
zāģēšanai un pievešanai.  
PROFESIONĀLS, ātrs darbs.  
PĒRKAM CIRSMAS, MEŽA  
IPAŠUMUS. Tūlītēja samaksa.  
Tālr. 28600344.  
E-pasts: pm2000@inbox.lv.

Liels paldies AINĀRAM  
LAMINSKIM par palīdzīgas rokas  
sniegšanu grūtībās nonākušam  
novadniekiem. Lai Tev laba veselība  
un veiksme visās jomās!

Ikvienam ir iespēja īsi un konkrēti pateikt paldies kādam  
labvēlim, sponsoram, atbalstītājam, palīgam. Dārgi tas  
nemaksās - tikai 3 eiro par 25 vārdiem.  
Jo šie ir "Pateicības vārdi".

**PVC Logi no 15 Eur**  
Ārdurvis no 95 Eur  
Jumta noteikstīmēs  
Bez % kredīts Bērpalīs 2a, T.26343039

Zāles plaušana.  
Tālr. 26512307.

Zāles plaušana (rotējošā).  
Tālr. 26673432.

Zāles smalcināšana.  
Tālr. 26424890

Presēju sienu rulonus  
un smalcinu zāli  
Vilakas novadā.  
Tālr. 29173059.

Piedāvāju labu plāvu (15 ha)  
Bērpalīnes pagastā  
siena sagatavošanai.  
Plaušanas izdevumus sedzu.  
Tālr. 29378930.

Sniedz ekskavatora,  
buldozera pakalpojumus.  
Pieredzējuši operatori,  
saprātīgas cenas.  
Tālr. 29164132.

Skurstenļauku pakalpojumi.  
Dūmvadu, ventilāciju, apkures  
ieriču, dūmeju apsekošana, tīrīšana,  
remonts, izgatavošana, mūrēšana,  
orderēšana, uzstādīšana.  
Veicam dažādus celtniecības  
darbus - iekšdarbi, ārdarbi.  
Logu, durvju montāža.  
Fasādes. Ēku siltināšana.  
Krāsošana. Jumtu remonts.  
Skārdniecības darbi (skārds,  
nerūsējošais tērauds): Dūmvadu  
apdare. Miču, jumtiņu, jumta kūku,  
vējmalu, koru, noteku izgatavošana  
un uztādīšana.

Santehnika, centrālapkure, siltās  
grīdas. Materiālu piegāde.  
Tālr. 22363236.

Aku urbšana.  
Tālr. 29142220.

Smilts, grants, melnzemes piegāde.  
Tālr. 29433126.

Maina 3 istabu dzīvokli ar krāsns  
apkuri (Gulbenes nov.) pret dzīvokli  
vai vasarnīcu Balvos.  
Tālr. 25759966.

○ 6-kameru PVC logi (profilu  
dziļums 8 cm), ārējās palodzes  
bezmaksas, ○ metāla durvis,  
○ dažāda veida žalūzijas.  
Ezera ielā 3a, Balvos.  
Tālr. 26357927.

Aizdod naudu pret dažādu ķīlu.  
Tālr. 29100239.

Ieklāj bruji.  
Tālr. 27320755.

Pārvadā mājlopus.  
Specpiekabe.  
Tālr. 29230080.

Maina bajānu pret akordeonu.  
Tālr. 28611315.

Ģimenes ārste  
RASMA VĪKELE  
atvajinājumā  
no 13. jūlija līdz 17. augustam.  
Akūtos gadījumos aizvietos  
dr. Natālija Zondaka.

Dokumentu tulkojumi no angļu,  
vācu, franču valodas.  
Tālr. 28667244.

MŪŽĪBAS DĀRZS.  
Apbedīšanas pakalpojumi. Mirušā  
nogādāšana morgā visu diennakti  
bez maksas. Bēres no EUR 250.  
Labiekārtošana.

Balvi, Bērpalīs 17b  
(aiz stikla ziedu veikala).  
Tālr. 28688755, 27758855.

Nepieciešama 3.klases  
matemātikas grāmata.  
Tālr. 26845632.

Piedāvā mūrniecības pakalpojumus  
par izdevīgu cenu.  
Mūrē plītis, skursteņus, kamīnus,  
kamīnkrāsnis. Tālr. 27330032.

Maina 3 istabu dzīvokli ar krāsns  
apkuri (Gulbenes nov.) pret dzīvokli  
vai vasarnīcu Balvos.  
Tālr. 25759966.

Pārdod skaldītu malku. Piegāde.  
Tālr. 25261131.

Pārdod 1 istabas dzīvokli ar ērtībām,  
1. stāvs, EUR 2500. Tālr. 26272311.

Pārdod 4 istabu dzīvokli Teātra 4.  
Tālr. 26351072.

Steidzami pārdod slaucamas govis  
un teli. Tālr. 29274249.

Pārdod darba ķēvi. Tālr. 28248521.

Lēti pārdod divānu  
un 2 izvelkamos krēslus.  
Tālr. 28351941.

Pārdod graudu kombainu  
"Jenisej-1200".  
Tālr. 26460512.

Pārdod Mazda 626G  
(tumši zila, 1997.gada) detaļas.  
Tālr. 20301071.

Pārdod guļbūvi Vilakā  
promvešanai. EUR 800.  
Tālr. 25354930.

Pārdod sivēnus.  
Tālr. 28388244, 64563169.

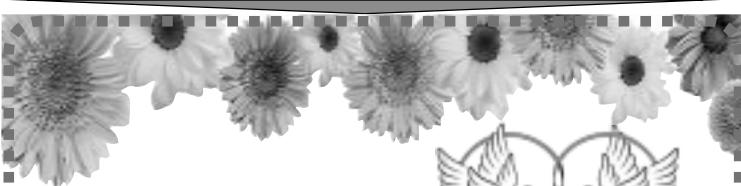
Pārdod piena telīti.  
Tālr. 26357514.

Pārdod ūdens mucu 1,6 m<sup>3</sup> · EUR  
500, lietotu šiferi - EUR 1/lokne,  
bioloģiskās auzas - 0,12 centi/kg.  
Tālr. 29194274.

Pārdod 2 istabu dzīvokli,  
Teātra 4, 2. stāvā,  
atbrīvots.  
Tālr. 25911020.

**Pārliecinies!**  
*Vai abonēji  
aduguni  
augustam un  
turpmākajiem  
mēnešiem?!*

## Apsveikumi



Šo balto dienu glabājet sev sirdīs,  
Tā šodien ir kā tikko plaucis zieds.  
Lai diena šī Jums cauri mūžam staro,  
Lai visa dzīve Jums kā gaisš un saulains zieds.

Sveicam **Velgu Kalvu** un **Artūru Krasovski**  
kāzu dienā!

Vecāki un brāļi ar ģimenēm

Velc, Laimīte, zīda tīklu,  
Pāri visu pagalmiņu.  
Lai rakstā saskanēja,  
Visa mūža gājumiņš.



Mīļi sveicam **Velgu Kalvu** un **Artūru Krasovski**  
kāzu dienā! Lai gaiši un laimīgi kopdzīves gadi.

Bītaiņi

Un kas par to, ka gadu vesels klēpis,  
Kā pļauv ziedē laika vāzēs mirdz...  
Gan sūrumu, gan prieku katrs gads ir slēpis,  
Un viss ir bijis vajadzigs priekš sirds...



Lai sajusu, cik dzīve skaista,  
Kur tā kā bite vari būt,  
To sudrabu, no mirkļu kārēm vācot,  
Kas neapsūb un vējos nepazūd!

Mīļi sveicam **Martu Bogdani** 75 gadu jubilejā!

Krustmeita, māsa, Uldis

Tu gadus mēroji ar darbu,  
Ko krietni paveikt bij! Tavs gods.  
Ar sirsniņu un klusu rūpi,  
Ko allaž citiem centies dot.



Mīļi sveicam **Teklu Šustovu** skaistajā dzīves jubilejā!  
Vēlam veselību, dzīvotprieku, Dieva svētību, izturību  
turpmākajos dzīves gados.

Krustbērni

Gads aiztek, aizsteigies vēl simti,  
Mēs nespējam tiem tālo ceļu veikt.  
Bet katrs jaunais sveiks mūs silti,  
Ja spēsim paši laimei roku sniegt.

Sirsnīgi sveicam **Leonardu Adamovu** skaistajā dzīves  
jubilejā.

Biedrība "Vecumu mednieks"



Vēl gadi būs bagāti, skaisti būs gadi,  
Būs pērkona vasaras, ziemā snigs sniegs.  
Jo cilvēks ir tas, kurš šo brīnumu rada,  
Un bagāts ir tas, kas spēj citiem to dot.

**Skaidrit!** Paldies par Tavu labestību u  
siltumu un dāsnumu. Ir tik skaisti, ka esi pasaulē!

Mīļi jo mīļi sveicam skaistajā dzīves jubilejā!

Etnogrāfiskais ansamblis "Abrenīte"



## Piedāvā darbu

"Alsviku" arodskola aicina darbā DATORTĪKLA ADMINISTRATORU  
(uzturēt skolas datortīku, mājaslapu). Pieteikties līdz 25.jūlijam.

Dokumentus iesniegt personīgi vai sūtīt elektroniski: arodskola@alsviki.lv.  
Tālr. 64307132.

Zemnieku saimniecībai VAJADZĪGI LIELOGU, KRŪMMELLENU OGU  
LASĪTĀJI Balvu novadā. Tālr. 27556418.

## Sludinājumi



NODOD LŪZNUS  
UN LAIMĒ AUTO  
VAI PIEKABI!  
Nodod vismaz 200 kg metāllūžu, reģistrē p/n aktu vai pavadzīmi  
www.tolmets.lv/akcija un laimē!  
1 auto + 4 piekabes = 5 izlozes!  
Akcijas laiks: 23.03.-06.09.2015.

Sedarbības partneris,  
kas piedalās akcijā: SIA ARFE PLUSS  
Atrūķi: Ganību iela 18; Balvi: Tehnikas  
iela 5c; Gulbenē: Malas iela 8; Madona:  
Saules iela 66a.

Loterijas eļļaujas numurs: 3718  
Loterijas noteikumi: www.tolmets.lv/akcija

Bezmaksas  
tālrunis:  
**TOLMETS** 80000013

Dziednieks **ARTŪRS TILTINŠ**  
ceturtdien, 16.jūlijā no plkst.  
13.00 pieņems BALVOS, Tautas  
ielā 14, viesnīcā "Balvi".  
Diagnostika, Bioenerģētiska  
dažādu slimību dziedināšana,  
galvas, locītavu, muguras u.c. sāpu  
novēršana.  
Atkarību likvidēšana (alkoholisms,  
smēķēšana, azartspēles).  
Negatīvās enerģētiskās iedarbības  
neizlīdzīguma (lāsts, skaudība, jaunā  
acs, bezlaulības vairnags).  
Iespējama palīdzība pēc foto.  
Pieteikties pa tālruni: **22460309**.

**OLAFIKO.LV**  
AIZDEVUMI PENSIONĀRIEM  
un STRĀDĀJOŠAJIEM.  
Balvos, Partizānu 14  
Otrdiens, ceturtdiens, piektdiens  
T. 64521873, 26402362.

Autoskola "BARONS R"  
organizē B kategorijas  
kursus 13.jūlijā  
plkst. 17.00 Tautas ielā 1.  
Tālr. 29336212, www.barons.lv

Miniekska-  
vatoru un  
treilera  
(celtspēja 5 t)  
ar krānu  
pakalpo-  
jumi.  
Par cenām  
vienosimies pa tāl. 29119461.

## Pazudis

Pazudis 'Kaukāza aitu suns'.  
Gaiši brūnā krāsā. Atlīdzība  
garantēta. Tālr. 29269324.

## Atrasts

Noklūduši 2 lieli, tumši suni.  
Ap kakliem siksniņas.  
Jau otro dienu atrodas Stompakos.

**REKLĀMA,**  
SLUDINĀJUMI  
D.DIMITRIJEVA  
T. 64507018  
26161959  
FAKSS - 64522257

REDAKTORS E.GABRANOVS - T.64522534, 29360850  
ŽURNĀLISTI: S.KARAVOIČIKA - T.64522126  
Z.LOGINA, IZINKOVSKA - T.64520962  
M.SPRUDZĀNE, I.TUŠINSKA - T.64522260  
A.LOČMELIS - T.64520961  
KOREKTORE S.GUGĀNE - T.64522126  
GRĀMATVEDE S.BĒRZINA - T. 64507019  
ŠOFERIS A.KIRSANOVS - T. 27870730  
Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961

e-pasts: vaduguns@apollo.lv  
mājaslapa: vaduguns.lv

**Datorsalikums-**  
SIA "Balvu Vaduguns",  
A.ZELĀCS  
Iespēsts SIA "Latgales  
Druka", Rēzeknē,  
Baznīcas 28  
**TIRĀŽA - 3760**

## Kur mācīties?

**Alfrēda Kalniņa Cēsu Mūzikas vidusskola**  
uzņem audzēkņus 2015./2016. mācību gadam  
**JAUŅĀ** profesionālās vidējās izglītības programmā  
**DEJA**

(bez priekšināšanām mūzikā)  
Turpinās uzņemšana arī citās izglītības programmās  
**Iestāju pārbaudiņumi 17.jūlijā plkst.11.00.**  
Sīkāka informācija mājaslapā: www.akcmv.gov.lv  
sadaļā Izglītība/Reflektantiem vai pa tālruni 27846767.

## Līdzjūtības

No tālumiem visiem šis tālums  
vistālākais,  
Jo pēc šķiršanās šis nekad vairs  
tikšanās nav.  
Šīs smagums neprasa, vai spēsi to  
pārceiest,  
Ir jāiztur!

Sāņem, labā Zemes māte,  
Vienu sirmu māmuliti.  
Apsež viņu silti, silti  
Savām smilšu villainēm.  
(Latv.t.dz.)

Izsakām līdzjūribu **Marinai Supei**  
un **viņas ģimenei**, no **MĀTES**,  
**VECMĀMIŅAS** atvadoties.  
Kristīne, Agrīta, Larisa, Nīna, Velta,  
Konstancija, Tatjana

**Ir apklausuši soļi,**  
Vien paliek mīlestības gaišais  
stars... (O.Vācietis)  
Izsakām dziļu līdzjūribu **bērniem**,  
**mazbērniem**, māmiņu, vecmāmiņu  
**NADEŽDU LĒKAREVU** mūžības  
ceļā pavadot.  
Pužuļi, M. Slišāne

Pierimst soļi, klusē doma,  
Neskan mīļas mātes balss.  
Tikai kluse sāpe sirdi  
Ilgi vēl pēc viņas saukus.  
(E.Zālīte)  
Skumju bīdi izsakām visdzīlāko  
līdzjūribu **meitām Marinai un**  
**Galīnai ar ģimēmēm**, no mīļas  
māmiņas, vecmāmiņas,  
sievasmātes **NADEŽDAS**  
**LĒKAREVAS** uz mūžu atvadoties.  
3.īeejas kaimiņi, Lucija S.,  
Valentina M., Monika K., Vizuļa V.,  
Līgas C. ģimenes

Noguruši aprimst vēji,  
Nogurusi saule riet.  
Esiet sveiki, palicēji,  
Manu mūžu pieminiet.  
(Z.Purvs)

Izsakām līdzjūribu **Viktorijai**,  
**Valentīnai**, **Mariannai**, **Aldim un**  
**Jānim ar ģimēmēm**, **LEONTĪNI**  
kapu kalniņā pavadot.  
27-dzīvokļu mājas iedzīvotāji  
Medņevā

Tik joti vēlētos apturēt laiku,  
Un dāvāt, māmiņ, to tev.  
... laiku apturēt nav manos spēkos  
Nu baltos ziedos tērpta tu man...  
Mūsu visdzīlākā līdzjūribā **Svetlanai**  
**Klitnajai un tuviniekiem**, **MĀTI**  
mūžībā pavadot.  
Bijušās Telefona un telegrāfa  
centrāles kolektīvs

Vairs es nerodu to taku,  
Kas uz mājām pārvest zin.  
Laikam jāpaliek tai kalnā,  
Kur balts, balts klusums tin.  
Patieta līdzjūtība māsām **Veltai**,  
**Austrai**, **Ernai** un **pārējiem**  
tuviniekiem, brāli **ALBERTU KEGI**  
mūžībā pavadot.  
Valīja.Z