



## Īsziņas

### Vai slēgs bankas filiāli Balvos?

Pēdējās dienās mūspusē izskanējusi informācija, ka nākamgad vairs nestrādās "SEB" bankas filiāle Balvos. Bankas ārējās komunikācijas projektu vadītāja Kristīne Martinsone, lūgta komentāru, paskaidroja, ka pašlaik notiek diskusijas gan bankas iekšienē, gan ar pašvaldības pārstāvjiem: "Šobrīd pārāgri runāt, vai vienā, vai citā pilsētā nebūs pieejami bankas pakalpojumi. Protams, bankas interesēs ir turpināt sadarbību ar iedzīvotājiem un esošajiem klientiem. Mums ir jāvienojas, kādā veidā šī sadarbība turpināsies – kas mainīsies, kur pakalpojumus varēs saņemt, kur būs pieejami iebankas termināli. Kad sarunas noslēgsies, klienti par izmaiņām tiks informēti."

### Būs jāmaksā par suņiem un kaķiem

Vakar Balvu novada domē deputāti pieņēma saistošo noteikumu "Mājas (istabas) dzīvnieku turēšanas noteikumi Balvu novadā" projektu. Noteikumi paredz, ka vienreizējā mājas dzīvnieku nodeva Balvu novadā par suni būs EUR 5, par kaķi – EUR 3. Tāpat noteikumos izstrādāti mājas dzīvnieku īpašnieku un turētāju strikti pienākumi, piemēram, turēt tikai vakcinētus un reģistrētus mājas dzīvniekus, kā arī paredzēti sodi par to nepildīšanu.

### Aicina uz labdarības pasākumu

18. decembrī Balvu profesionālā un vispārīgglītojošā vidusskola aicina Balvu pilsētas seniorus un skolēnu vecākus uz labdarības pasākumu "Pa gaismas ceļu", kas sāksies pulksten 12. No Balvu pilsētas strūklakas plkst. 11.30 kursēs autobuss.

### Saņem balvu

Jau 5.reizi Latvijas Lauku forums sadarbībā ar partnerībām noteica LEADER Dižprojektu Latvijā. Balvu par populārāko sociālo tīklu projektu ieguva motosporta kluba "Motokruīzs" īstenotais projekts par treileru parka izveidi Viļakas novadā, ko izvirzījusi Balvu rajona partnerība. Izveidotais treileru parks ir pagaidām vienīgais Ziemeļlatgalē, tas izveidots pie "Baltā Briža" mototrases.



Foto - E. Gabranovs

**Kur tu esi – eglīte?** Rugājieši šogad eglītes atrada divu stundu laikā. Pašvaldības Saimnieciskās nodaļas vadītājs Jānis Ločmelis zināja teikt, ka šogad laika apstākļi to meklēšanai bija ideāli: "Uzsalis, maz sniega. Ir bijuši gadi, kad, atvedot egli, to nācās ienest telpā, lai kaut vismaz nedaudz atkūst no ledus."

# Izejam finiša taisnē

Šodien **Baltinavas, Viļakas un Rugāju novados iedegs gaismiņas pašvaldību lielajās eglēs. Otrdien egļu meklējumos pirmo reizi devās Rugāju novada domes priekšsēdētājs vietnieks Andris Leons, kurš šobrīd aizvieto novada vadītāju Sandru Kapteini. Viņš atzina, ka uzdevums nebija viegls, jo bija jāatrod skaistules, kas priecēs gan Rugāju, gan Lazdukalna pagasta ļaudis. Tāpat rugājieši sarūpēja egles baznīcai un tautas namam.**

Rugāju novada pašvaldības darbiniekiem un viņu palīgiem, dodoties uz mežu, bija padomā jau pirms tam divas noskatītas egles Gariesilos. Aplūkojot tuvāk, vīri tās izbrāķēja. Jāsecina, galvenās egles atrašana nav nemaz tik viegls process. Par to jau pērn pārliecinājās Rugāju novada pašvaldības Saimnieciskās nodaļas vadītājs Jānis Ločmelis. Viņš atklāja, ka pirms gada egļu meklējumi aizņēmuši gandrīz pus dienu. Tāpat, viņaprāt, jāreķinās ar iespējamu kritiku, ka eglei, piemēram, viena puse kuplāka nekā otra. Tincināts, vai šogad sarūpētās eglītes atbilst, tā teikt, visaugstākajām prasībām, Jānis atjokoja, ka par to lai lemjam acīgāki ļaudis. Jāpiebilst, ka kopā ar vīriem egļu meklējumos devās arī J.Ločmeļa vietniece Dzidra Šmagre, kura

bija vienīgā daiļā dzimuma pārstāve. Viņa neslēpa, ka ir ļoti priecīga, ka šogad uz mežu devās arī Andris Leons. "Ļausim izvēli izdarīt vīriem," viņa jokojā. Tāpat Dz.Šmagre sprieda, ka pirmssvētku laikā cilvēki kļūst labestīgāki. "Būsim arī turpmāk labsirdīgāki viens pret otru," viņa vēlēja. Šogad Rugāju novada skaistules atrada vietā ar savdabīgu nosaukumu – Zirgusala. Novada domes priekšsēdētājs Andris Leons pēc izvēles izdarīšanas pastāstīja, ka parasti sev uz mājām sarūpē aptuveni 2,5 metrus augstu egli: "To noskatu, zāģējot savu mežu. Šogad Ziemassvētkos būs daudz brīvdienu – gribētos visiem novēlēt jauki atpūsties, lai piepildās visas ieceres un sapņi!"

Tuvojoties Ziemassvētkiem, aktuāls kļūst jautājums: "Kur sagādāt tradicionālo svētku eglīti?" Arī šogad, tāpat kā līdz šim, katram Latvijas iedzīvotājam ir atļauts personiskām vajadzībām a/s "Latvijas Valsts meži" apsaimniekotajos mežos nocirst vienu eglīti, ja tā aug: grāvju malās, uz stīgām, zem elektrolīnijām, pieaugušā mežā zem lieliem kokiem. Eglītes celma caurmēram jābūt mazākam par 12 centimetriem, augstums nedrīkst pārsniegt 3 metrus, un tā jānocērt līdz ar zemi. Dzīvesvietai tuvāko Latvijas Valsts mežu teritorijas iespējams apskatīties <http://kurtuesi.lv/eglite>.

E.Gabranovs

## Nākamajā Padugunī



- **Iedzīvotāju forums**  
Meklē risinājumus un atbildes
- **Raksta projektus un nodarbojas ar labdarību**  
Viļakas jauniešiem rosīgs gads



Pasaules  
čempionātā  
izcina bronzu.

4. lpp.



Populārākie  
mīti par pasīvo  
smēķēšanu.

5. lpp.

## Nedēļas jautājums

Kā jūs uzturat sevi labā formā?



**GENOVEFA PRIEDES LAIPA no Balviem:** -Man ir veselības problēmas, taču cenšos par sevi rūpēties, ritos eju kontrastdušā. Pēc tās, dodoties dienas gaitās, jūtos daudz mundrāka. Man fizioterapeits ieteica vingrojumus, un ik ritu minūtes 20 tos cenšos izpildīt. Arī televīzijā skatos un, ja kādus vingrojumus atzīstu par labu esam, tos pielietoju. Arī pie ēdiena piedomāju, vairāk cenšos ēst dārzeņus un augļus, īpaši

man garšo āboli.



**EMERITA PRANCKUNE no Susāju pagasta:** -Cenšos lietot vitamīnus - gan tos, kas izaug savā dārzā, gan aptiekā iegādātos. Uzturā daudz patērēju augļus, vairāk pašas izaudzētos - ābolus, burkānus, sīpolus, ķiplokus. Es gan nevingroju, bet cenšos pastaigāties svaigā gaisā. Redzu televīzijā, internetā, ka jāvingro, un, ja dzīve piespiedīs, to arī darišu. Dzeru pašas vāktās zāļu tējas - liepziedu, kumelišu, ķimeņu, piparmētru un citas.



**LEONTĪNA KEIŠA, pensionāre:** -Katru dienu pusotru vai divas stundas pastaigājos. To daru vai nu Balvu skvērā, vai pa ielām. Dzīvoju dzīvoklī ar centrālo apkuri, tāpēc man svaigs gaiss dod mundrumu. Ēdu visu, ko ēda mūsu senči - i ceptu, i vārītu. Miežu putraimi, zirnīši garšo, lietoju arī gaļu. Ritos gultā izstaipu locītavas, pavigroju. Ja zina vajadzīgos punktus uz ķermeņa, var sevi pamasēt.



**IVARS, balvenietis:** - Par vingrošanu varu teikt tā, - gribētos to darīt par visiem simts procentiem, bet sanāk par kādiem divdesmit pieciem tikai, laikam jau pietrūkst uzņēmības. Nelietoju alkoholu, nepipēju, bet par ēdienu gan ir jāpadomā. Visapkārt ir lielveikali, un tur arī iepērkamies. Jā, varam izmantot arī zemnieku produkciju, kas būtu veselīgāk. Varētu daudz stāstīt par dažādu supermārketu

ienākšanu, par valdības lēmumiem, kuri nesekmē veselīgu dzīvesveidu, bet ko tas dos?



**ANDA KEIŠA, mācās Rekavas vidusskolas 6.klasē:** -Man skolā patīk sporta stundas pie skolotāja Jāņa Dokāna, patīk arī vingrot. Mājās palīdzu mammai daudz un dažādos darbos. No ēdiena arī viss garšo - varu dzert pienu, ēst medu, arī zaļumus, tikai sīpoli gan nepatīk.

Z.Logina

## MANA NEDĒĻA

Tuvojoties gada noslēgumam, daudzi darbi saistīti ar labdarību. Pirmdien nosūtīju organizācijai "Ziedot.lv" pieteikumu projektam "Palīdzī trūcīgiem mazuļiem" par atbalsta piešķiršanu piena maisījumam un autiņbikšīšu iegādei Balvu, Viļakas, Baltinavas un Rugāju novadu trūcīgiem bērniem. Jau desmito gadu rīkojam Ziemassvētku labdarības akciju, kurā cilvēki, atbildot uz bērnu vēstulēm Ziemassvētku vecītim, sarūpē mazuļiem dāvanas. Īpaša aktivitāte bija vērojama pirmdien, kad tika izņemta aptuveni puse bērnu vēstuļu. Turpinu veikt arī ikdienas pienākumus. Šonedēļ strādāju pie iestādes nākamā gada budžeta, kā arī apkopāju 5 gadu statistiku par bērniem bāreņiem, kuri sasnieguši 18 gadu vecumu un vēl mācās, šo datu iesniegšanai pašvaldībā. Otrdienas vakarā došos uz Viksnu, kur vadu dramatisko kolektīvu, bet trešdien piedalīšos vairākās bāriņtiesas sēdēs. Ceturtdien esmu ieplānojusi apmeklēt starptautisku Tiesībsarga ikgadējo konferenci par aktuāliem cilvēktiesību un labas pārvaldības jautājumiem, bet piektdien piedalīšos iedzīvotāju forumā Balvu muižā, kur vadīšu arī ideju darbnīcu. Savukārt nedēļas nogali šoreiz veltīšu sev, apciemošu mammu un noteikti iegriezīšos apsviekt māsu, kura 9.decembrī svinēja savu vārdadienu.



**RUDĪTE KRŪMIŅA**, Balvu novada bāriņtiesas priekšsēdētāja

## No vēstulēm

Labdien, mīļā "Vadugunī"!

Esmu jūsu lasītāja jau no tiem laikiem, kad iznāca "Balvu Taisnība". Balvi ir mana dzimtā puse, ko nevar aizmirst. Lasot Ziemeļlatgales laikrakstu, ir gan prieks, gan jānorauš asaras. Nesen lasīju par vecmāmiņu, kurai atņemta mazmeitiņa. Kas tad var labāk rūpēties par mazbērniem, ja ne vecmāmiņas?! Sabiedrībai būtu tikai jāprieccājas, ka ir tādas vecmāmiņas, kuras rūpējas par savām atvasītēm. Nav saprotams, kāpēc meitenīti aizveda uz citu ģimeni? Gribas jautāt, kur tad bija tie mīļie radi, kad meitenīti pameta? Pat akmeni saulīte sasilda, bet atsevišķu cilvēku krūtīs, šķiet, atrodas visaukstākais ledus gabals - ne žēlsirdības, ne mīlestības. Tiek sāpināti cilvēki, it īpaši bērns, kurš, visticamāk, nesaprot, kāpēc liegts tikties ar vismīļāko cilvēku - vecmāmiņu. Kādi var būt tik šausmīgi noslēpumi, ka tos nedrīkst atklāt?

Vecmāmiņai Inārai novēlu nepadoties un cīnīties! Cīnīties par savām tiesībām. Arī es esmu izgājusi cauri ugunij un ūdenim, kad deviņus gadus cīnījos par māsiņas dēliņiem. Māsiņa nomira, vīrs bērnu aizveda uz Ukrainu, kur viņš gāja bojā. Puisēnus ievietoja bērnu namā un, kad es to uzzināju, braucu viņus meklēt. Protams, man bērņus neatdeva, tomēr panācu, ka katru vasaru viņi ciemojās Latvijā. Tā deviņus gadus pavasarī zēnus vedu mājās un rudenī atpakaļ, kamēr viņi pabeidza pamatskolu. Pēc pamatskolas pabeigšanas puikām braucu pakā, lai pārvestu viņus mājās uz visiem laikiem. Divdesmit piecu cilvēku komisija pieprasīja dažādus dokumentus, kas

apliecinātu, ka man ir tiesības puikas audzināt. Viegli nebija, bet savu panācu. Mūsu ģimenē ar pašas meitu ir audzināti četrpadsmit bērni, un tagad atkal mājās ir meitenīte, kas ir liela palīdzība. Tici, Ināras kundze, meitenīte atgriezīsies - novēlu jums veselību, izturību un Dieviņa palīdzību!

GERTRŪDE IVANOVA Lielvārdē

### Atkal ir slidens

Ir atkal sals, atkal slidens, atkal problēmas... Kad vienreiz nāks apskaidrība mūsu varas vīru un sievu galvās? Cik ilgi mums, iedzīvotājiem, vēl jāgaida, kad beidzot būs elementāra kārtība ar slidenajām ielām un brauktuvēm. Jā, kādam varbūt gribēsies teikt, - dari kā gribi, vienmēr iedzīvotājiem ir slikti. Slikti kopumā jau nav, tikai gribas, lai lietas notiek pareizā kārtībā, laikā un vietā. Kas šogad nav tā...?! Ap šo kundziņu un kundziņu ēku Bērzs pils ielā 1a, Balvos, sētnieks sāli un smiltis nokaisa brīdī, kad tikko parādās slidenuma pazīmes. Slava un gods sētniekam, kurš savus pienākumus veic godam. Tomēr šīs ēkas iemītnieki nepamana, ka slidens ir arī citur. Vēlāk tikpat bieža smiltis sega klāj pilsētas galvenās ietves - to var pamanīt ne tikai uz ietves, bet arī tuvumā esošajos veikalos.

Uz lielākajiem un raženākajiem krustojumiem nedaudz pakaisa kaut ko sālim līdzīgu, bet smiltis tās nav. Pa Brīvības ielu (ceļā gar Staņislavu uz parka pusi un tālāk) - slidotava ne pa jokam - pat nedomā bremzēt. Uz Daugavpils ielas tas pats. Par mazajām un necīgajām ieliņām nav vērts pat runāt - paši vainīgi, ka dzīvojat tik tālu no centra. Atcerēsies tikai tad, kad tuvosies pašvaldību vai Saeimas



Kļūstiet arī par rakstītājiem, jo visas jūsu vēstules katrā mēneša beigās tiks izvērtētas un mūsaprāt labākā saņems redakcijas pārsteiguma balvu. Ielāgojiet, ka balvas saņemt varēs tikai tie rakstītāji, kuru vārdus mēs zināsim - tāpēc nerakstiet anonīmas vēstules.

vēlēšanas. Tad pat gaismu uz Jāņiem ieslēgs, lai papardi vieglāk sameklēt, lai Lāča dārza briesmīgajā trotuārā galvu nenolaužam. Pārņem sajūta, ka dzīvojam laukos, nevis pilsētā. Tā ir, ka Balviem nav sava saimnieka. Varbūt ir pienācis laiks sodīt atbildīgās amatpersonas par neprasmīgi organizētajiem darbiem saistībā ar ielu uzturēšanu kārtībā Balvu pilsētā?! Varbūt pie kundziņu durvīm kaisīsim smiltis tikai tad, kad visā pilsētas teritorijā viss būs padarīts un nokaisīts?! Vai tad mēs, iedzīvotāji, varam ko iebilst vai celt pretenzijas - paši vien šos kundziņus un kundzītes ievēlējām, jo kārtējo reizi noticējām un sagribējām dzīvot otrajā Ventspilī! Ceru, ka mums kopā izdosies piepildīt šo skaisto sapni - lai labas lietas notiek tad, kad tās ir visvairāk nepieciešamas. Sekosim līdzīgu laika ziņām un domāsim līdzīgi...

Noslidojusies BALVENIETE

Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: [vaduguns@apollo.lv](mailto:vaduguns@apollo.lv)

Automātiskais atbildētājs  
64520961



# Hallo!

"Gribētu jums pastāstīt, cik skaisti ir, iebrūcot Balvos no Gulbenes puses nakts stundās. Pirmā egle ar sniega kamanām un ziemeļbriežiem ir uz kādas mājas jumta, kur, kā noskaidroju, atrodas motoklubs "Spieķi vējā". Tad priecājos par jaunatklāto ielu gar parku, kur katrā ielu apgaismojuma stabā ir balti sarkanās gaismas laternas," automātiskajā atbildētājā stāsta Gulbenes iedzīvotājs. Viņš piemin arī skaisto egli pilsētas centrā un izgaismoto kultūras namu, kā arī iestāžu logu rotājumus.

Kāda lasītāja piefiksējusi, ko dara novadu priekšsēdētāji nedēļas garumā, un skumji piebilst, ka viņiem droši vien nav laika pat paēst, tik noslogota ir viņu darba nedēļa.

"Jūs solījāt rakstīt par priekšnieku kabinetiem ne tikai Balvos, bet arī citos novados. Vai pildīsiet solījumu?" atgādina vairāki lasītāji.

Redakcija dara zināmu, ka solījumu turēs un par vadītāju kabinetiem rakstīs nākamgad.

"Mums pie mājas Brīvības ielā 68 pirms kādas nedēļas meitenītes bija izveidojušas lācīti ar medus podu, tas atradās pie soliņa, kur varējām apsēties un priecāties. Taču kādā naktī ļaundari visu izpostīja, žēl bērnu darba. Gribētos ar avīzes palīdzību šiem labajiem rūķīšiem pateikt paldies, bet huligāniem sūtīt nopeluma vārdus," stāsta balveniete, lūdzot atsaukties labestīgās meitenītes un paužot vēl garāku nopelumu skaistuma iznīcinātājiem.

## Veidosim Ziemassvētku un Vecgada numuru kopā!

Tuvojas Ziemassvētki – ar pārdomām, ar pārsteiguma un paldies vārdu gaidām. Lai Jums un citiem svētkus radītu ar padarīta darba sajūtu, ir īstais laiks pārdomāt par cilvēkiem, kas Jums šogad darījuši labu, palīdzējuši, atbalstījuši, stiprinājuši vai vienkārši īstajā brīdī bijuši līdzās.

### Es saku paldies!

Teksts publicēšanai (par ko un kam sakāt paldies)

---

---

---

---

---

---

---

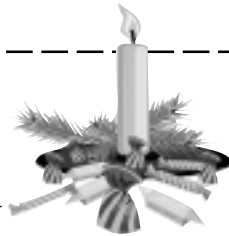
---

---

---

Iesūtītāja vārds, uzvārds, adrese, tālrunis

Nosūtiet kuponu "Vaduguns" redakcijai līdz 17. decembrim. Jūsu paldies vārdus bez maksas publicēsim Ziemassvētku numurā.



## Balvu novada domē

### 11.decembra sēdes lēmumi Slēgs nomas līgumus ar katoļu draudzi

Slēgs zemes nomas līgumus ar Balvu Romas katoļu draudzi par Balvu Romas katoļu draudzei piederošajiem zemes īpašumiem: par zemes īpašumu Balvos, Brīvības ielā 61 – EUR 1 500 gadā; par zemes īpašumu Balvos, Ezera ielā 24A – EUR 1 000 gadā.

### Piešķirs vienreizējos pabalstus

Deputāti vienbalsīgi piekrita piešķirt Ziemassvētku pabalstus bērniem invalīdiem saldumu paciņas 5 eiro apmērā iegādei vienam bērnam, kā arī pakalpojuma "Aprūpe mājās" klientiem dāvanu iegādei 10 eiro apmērā vienai personai.

### Nodod īpašumus atsavināšanā

Nolēma nodot atsavināšanā nekustamo īpašumu "Jaunkaļķenieki" 2,51 ha platībā Lazdulejas pagastā. Uzdeva Īpašumu privatizācijas un atsavināšanas komisijai pasūtīt tirgus vērtības noteikšanas lietu, kā arī izstrādāt izsoles noteikumus. Tāpat nodos Kaspāram Romanovam atsavināšanai pašvaldībai piederošo nekustamo īpašumu "Arājs" 0,5422 ha platībā Tilžas pagastā.

### Sadala īpašumus

Atļāva atdalīt no nekustamā īpašuma Balvu pagastā zemes vienību 1,5 ha platībā. No atdalītās zemes vienības daļas izveidoja jaunu īpašumu un piešķīra nosaukumu "Lāsītes". Lietošanas mērķis - zeme, uz kuras galvenā saimnieciskā darbība ir lauksaimniecība. Tāpat atļāva atdalīt no nekustamā īpašuma Briežuciema pagastā zemes vienību 6,3 ha platībā. Atdalītajai zemes vienībai piešķīra nosaukumu "Žubites1", lietošanas mērķis - zeme, uz kuras galvenā saimnieciskā darbība ir lauksaimniecība. No nekustamā īpašuma "Mūsmājas" Bērzkālnes pagastā atdalīs arī zemes vienību 0,126 ha platībā. Atdalītajai zemes vienībai piešķīra nosaukumu "Mūsmājas1", lietošanas mērķis - zeme, uz kuras galvenā saimnieciskā darbība ir lauksaimniecība.

### Izbeidz un slēdz jaunus zemes nomas līgumus

Izbeidza noslēgto zemes gabala nomas līgumu par 0,15 ha un 100 m<sup>2</sup> platībā nomu Tilžas pagastā ar Pēteri Stahovski. Nolēma slēgt zemes nomas līgumu uz 10 gadiem ar Normundu Stahovski par pašvaldībai piekritošās zemes vienības daļas 0,15 ha un 100 m<sup>2</sup> platībā Pārupes ielā, Tilzā, iznomāšanu ēkas uzturēšanai. Tāpat noslēgs zemes nomas līgumus: ar Inetu Brenču par pašvaldībai piekritošās zemes vienības daļas 180 m<sup>2</sup> platībā iznomāšanu ēku uzturēšanai uz 10 gadiem Pārupes ielā, Tilzā; ar zemnieku saimniecību "Priedītes" par pašvaldībai piekritošās zemes vienības 3,2 ha platībā iznomāšanu lauksaimniecības vajadzībām uz 10 gadiem Vectilžas pagastā; ar Juri Pimanovu par pašvaldībai piederošā zemes īpašuma 1028 m<sup>2</sup> platībā iznomāšanu mazdārziņa vajadzībām uz 10 gadiem Dārza ielā, Balvos; ar SIA "Liarps" par pašvaldībai piederošās zemes vienības daļas 780 m<sup>2</sup> platībā iznomāšanu ēkas uzturēšanai Bērzpils ielā 56, Balvos; ar Ivaru Bušu par rezerves zemes fonda zemes vienības 8,1494 ha platībā nomu lauksaimniecības vajadzībām uz 5 gadiem Bērzkālnes pagastā.

### Apstiprina zemes ierīcības projektu

Apstiprināja zemes ierīcības projektu nekustamā īpašumu "Bezdelīgas" Bērzpils pagastā sadalīšanai, kas paredz atdalīt divas zemes vienības, piešķirot tām nosaukumus "Bezdelīgas 1" un "Bezdelīgas 1A".

### Pagarina telpu nomas līgumus

Pagarināja nedzīvojamo telpu nomas līgumu par telpām: garāžu Tautas ielā 14A, Balvos, ar SIA "Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centrs struktūrvienība Balvu konsultāciju birojs". Uzdeva uzdot Balvu novada pašvaldības Īpašumu apsaimniekošanas un tehniskā nodrošinājuma nodaļai sagatavot vienošanos ar SIA "Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centrs struktūrvienība Balvu konsultāciju birojs" par 2010.gada 22.februārī noslēgtā līguma pagarināšanu uz laiku no 2015.gada 1.janvāra līdz 2015.gada 31.decembrim. Tāpat pagarināja nedzīvojamo telpu nomas līgumu par telpas daļu 1m<sup>2</sup> platībā Bērzpils ielā 1A, Balvos, ar biedrību Eiroreģions "Pleskava, Livonija".

E.Gabranovs

## Aptauja

### Izvērtējam aizejošo gadu

#### Gada notikums 2014



#### LABĀKAIS NOTIKUMS

#### SLIKTĀKAIS NOTIKUMS

Jūsu dzīvesvietā

Jūsu mājās

Kurš vai kuri no šiem notikumiem, Jūsprāt, nominējams (-i) par labāko un sliktāko "Gada notikumu 2014"?

Āfrikas cūku mēris, skaistumkonkursi, jaunu piemiņas plāksņu atklāšana, novada svētki, festivāli, traģiskas autoavārijas, skolu slēgšana, Balvu izglītības iestāžu reorganizācija, ķīviņi deputātu vidū, bijušo vadītāju nomaiņa, izsoles nerīkošana Balvu ezerā, sabiedrībā pazīstamu cilvēku nāve, Saeimas vēlēšanu rezultāti, atskurbtuves atklāšana Balvos, kūdras ražotnes atklāšana Lutinānu purvā, Balvu Novada muzeja jauno ekspozīciju atklāšana.

Cits variants:

#### Gada cilvēks 2014

Novadā

Jūsu dzīvesvietā

Kurš cilvēks un kāpēc Jums šogad bijis īpašs?

#### Gada pārsteigums 2014

Kas šogad Jūs visvairāk pārsteidza (cilvēks, notikums)?

Kādas šī gada kļūdas vairs neatkārtosiet?

Kādu gudrību šogad esat iemācījies?

Anketu nosūtīšanas termiņš – 20.decembris. "Vaduguns" adrese: Teātra 8, Balvi, LV 4501  
Trīs interesantāko anketu iesūtītāji saņems pārsteiguma balvas.

Jūsu vārds, uzvārds

Adrese, tālrunis

## Īsumā

### Cinās jaunie basketbolisti

6.decembrī Balvu pamatskolā notika Latvijas jaunatnes basketbola līgas spēles U-14 vecuma grupā. Cīņā pret Limbaži/Salacgrīva komandu Balvi uzvarēja ar 86:32. 7.decembrī Balvu jaunie basketbolisti cīnījās pret BJBS-Rīga/DSM3 komandu un zaudēja ar 56:60. Spēlē pret BJBS-Rīga/Jugla2 komandu balvenieši ņēma pārsvaru un uzvarēja ar 68:64. Mūsu komanda pēc pirmā apļa šajā grupā 15 komandu vidū ierindojusies 4.vietā. Grūtāk klājas basketbolistiem U-19 grupā, jo viņiem laukumā nākas cīnīties pret gados vecākiem pretiniekiem. 7.decembrī aizvadītas spēles Balvos pret BJBS-Rīga komandu, kurā ar rezultātu 49:88 mūsējie zaudēja. Arī otrajā spēlē pret Jugla/Sport2000 piedzīvots zaudējums 52:122. Jāpiebilst, ka mūsu komandas līderis Lotārs Aleksejevs guva traumu, bet spēle bez līdera bija garants zaudējumam. 13. un 14.decembrī Balvu U-12 grupas basketbolisti dosies spēlēt uz Gulbeni, kur pirmajā dienā aizvadīs divas spēles, otrajā dienā - vienu spēli.

20. un 21.decembrī basketbolisti dosies uz Smilteni, kur notiks 1998.-2001.g.dz. sportistu starptautisks basketbola turnīrs.

### Uzvar Balvu Valsts ģimnāzija

10. decembrī Balvu pamatskolā notika Balvu novada atklātā kausa izcīņa telpu futbolā B grupā (1999.-2000.g.dz.). 1.vietu izcīnīja Balvu Valsts ģimnāzija, 2.vietā - Stacijas pamatskola, 3.vietā - Balvu profesionālā un vispārīgizglītojošā vidusskola, 4.vietā - Balvu pamatskola, 5.vietā - Viduču pamatskola.

### Sporta dejotājiem labi panākumi

6.decembrī Balvu Sporta skolas sporta dejotāji piedalījās Latvijas kausa posmā "Dzintarlāsīte 2014", kas notika Liepājā. Finālā juniori 2D klasē Latīņamerikas dejās 5.vietu izcīnīja Matīss Pošivs un Jūlija Kokoreviča, 6.vietu - Deivids Bebīns un Amanda Romka. Matīss un Jūlija E6 klasē izcīnīja godalgoto 1.vietu. Jurgis Milaknis un Evelīna Ločmele juniori I E4 klasē finālā izcīnīja 4.vietu. 7.decembrī Latvijas kausa pēdējais posms notika Siguldā, - "Ziemassvētki Siguldā 2014". Juniori 2 grupā D klasēs 8 dejās finālā Deivids Bebīns un Amanda Romka ierindojās 5.vietā, bet standartdejās viņi ieguva 3.vietu. Iesācēju grupā I un II līmeņa 3 dejās un 4 dejās 1.vietu uzcīnīja Toms Ozoliņš un Dārta Garā, III līmenī viņiem 2.vieta. I un II līmeņa 4 dejās 1.vieta - Sandim Krivišam un Denijai Sirmajai, III līmenī viņiem 3.vieta. Latvijas kausa kopvērtējumā vislabākos rezultātus sasnieguši Deivids Bebīns un Amanda Romka, Latīņamerikas dejās, izcīnot 4.vietu, 8 dejās - 4.vietu, bet standartdejās 6.vietu valstī. Matīss Pošivs un Jūlija Kokoreviča Latīņamerikas dejās izcīnījuši 3. vietu, 8 dejās - 6. vietu, bet standartdejās - 9. vietu valstī.

### Nākamās spēles tikai janvārī

Ziemeļaustrumu reģiona telpu futbola čempionāts startēja ar spēlēm Stāķu sporta namā. Balvu Sporta centra komanda zaudēja komandai Zellis I ar 8:3 (vārtus guva E.Lielbārdis -2, S.Locāns). Lubānas komandu mūsējie uzvarēja ar 6:5, (vārtus guva S.Locāns -2, N.Raspopovs - 2, E.Lielbārdis, J.Zakarīts). Balvu komanda turnīra tabulā pašlaik atrodas 4. vietā. Nākamās spēles -10.janvārī Balvos.

### Turnīra tabulas runā pārliecinoši

Ziemeļaustrumu reģiona U-14 grupā spēlējošās sešas komandas ierindojušās sekojoši:

Komanda	Sp.	Uzv.	Neiz.	Zaud.	V.A.	Punkti
1.Varakļāni/MBJSS	4	4	0	0	27:8	12
2.TFK Rēzekne	4	3	0	1	28:6	9
3.Balvu SC	4	3	0	1	16:9	9
4.Viļānu SS	4	2	0	2	10:10	6
5.Ludzas NSS	4	0	0	4	3:18	0
6.Preiļu BJSS	4	0	0	4	3:36	0

**Spēļu rezultāti:** Balvi – Preiļi 8:0; Balvi – Viļāni 2:1; Ludza – Balvi 2:4; Balvi – Varakļāni 2:6.

#### U-11 grupa

Komanda	Sp.	Uzv.	Neiz.	Zaud.	V.A.	Punkti
1.FB Gulbene/BJSS I	3	3	0	0	21:2	9
2.Madonas BJSS	4	3	0	1	12:6	9
3.Viļānu SS	4	2	1	1	8:8	7
4.Lubāna/FB Gulbene	3	1	1	1	4:2	4
5.Balvu SC	3	1	0	2	3:9	3
6.FB Gulbene/BJSS II	4	1	0	3	7:14	3
7.Ludzas NSS	3	0	0	3	0:15	0

**Spēļu rezultāti:** Balvi – Gulbene I 0:5; Gulbene II – Balvi 0:2; Balvi – Madona 1:4.

## Uzvara

# Pasaules čempionātā izcīna bronzu

**29. un 30.novembrī Sibīrijā, Jakutijā, norisinājās Pasaules čempionāts spēka cīņā, kuru sportisti pazīst ar angliško nosaukumu Mas-Wrestling. Latvijas komandas sportists Andrejs Šilo, kurš dzīvo Viksnā, mājās pārveda bronzas medaļu.**

Viksnas pagasta bibliotēkas vadītāja Māra Melne bija sarīkojusi tikšanos ar Andreju Šilo un viņa treneri Konstantīnu Kuzņecovu, kurš ar ģimeni arī dzīvo Viksnā. Viņa atgādina, ka arī Konstantīns bijis sportists, visu apguvis pašmācības ceļā un trenējas gan pats, gan savas zināšanas dod tālāk jaunajiem.

Andrejs Šilo Pasaules čempionātā sacentās ar citu valstu sportistiem svara kategorijā līdz 60 kg. Pēc vairākām cīņām koka nūja, ar kuru otrs sportists jāpārvelk pāri viduslīnijai, palika Andreja Šilo rokās. Tas ļāva viņam iegūt godpilno 3.vietu. Andrejs treniņus pavada sporta klubā "Gulbenes K.S.P.". Latvijas izlases sportisti pirms startiem Jakutijā ceļā bija pavadījuši vairāk nekā 40 stundas, līdz Maskavai 14 stundas braucot ar mašīnu, bet tālāk lidojot ar lidmašīnu. No Andreja un viņa trenera uzzinājām, ka Pasaules čempionāts spēka cīņā Jakutijā norisinājās pirmo gadu. Sportisti no visas pasaules sacentās astoņās svara kategorijās.

Spēka cīņu uzskata par Jakutijas nacionālo sporta veidu, kas pavisam nesen kļuva pazīstams arī Latvijā. Cīņas pamatuzdevums ir, sēžot vienam pret otru, atbalstot pēdas pret vidū esošo dēli un satverot nelielu nūju, pretinieku pārvilkt savā pusē. Taču tas nebūt nav tik vienkārši, un tāpēc sportisti šim brīdim gatavojas ilgu laiku.

"Mums šodien ir tikšanās ar vairāku Latvijas rekordu īpašnieku spēka trīscīņā –pauerliftingā un bronzas medaļas ieguvēju pasaules čempionātā Andreju Šilo," tikšanās iemeslu atklāja Gunta Melne. Viņa parādīja sportista rekordu tabulu, kā arī [youtube.com](http://youtube.com) bija sameklējusi puīša startus, un viņa galveno cīņu par medaļu aizturētu elpu varēja vērot visi klātesošie. Lai arī Andrejs pārstāv klubu "Gulbenes K.S.P." un trenējas tur, ikdienā puīša treneris ir Konstantīns Kuzņecovs no Viksnas, kuram ir sagādāts arī savs sporta inventārs. "Lepojos, ka Andrejs uz savu mērķi gājis caur cītīgiem treniņiem un ar lielu neatlaidību, ticību saviem spēkiem sasniegjis šos panākumus. Puīša svars ir 60 kg, bet paceltā svara rekords - vairāk nekā 200 kg. Treniņus viņš uzsāka, vēl mācoties Viksnas pamatskolas 7. klasē, bet nepameta savu aizraušanos, kā tas raksturīgs citiem, un pirmās medaļas ieguva tikai pēc divu gadu cītīga darba. Daudzi gribētu sasniegumus uzreiz, bet tā nenotiek - ir daudz un ilgi jāstrādā, turklāt teju ik dienu. Andrejs arī pēc pirmajām uzvarām, kad vēl startēja individuāli, nekļuva iedomīgs, bet darbu turpināja," lepojas treneris Konstantīns. Viņš piebilst, ka pieņēmuši Gulbenes kluba piedāvājumu startēt pie viņiem, jo Balvos tāda kluba nav. Treneris saka, ka neviens nevienu nav liedzis būt par kosmonautu, slaveno dziedātāju vai dejotāju, - vajag tikai cīnīties un iet uz



**Tikšanās Viksnas bibliotēkā.** Tur skatāma sportista Andreja Šilo (no kreisās) medaļu un diplomu izstāde, pie kuras viņš nofotografējās kopā ar treneri Konstantīnu Kuzņecovu. Andrejam šobrīd ir 23 gadi.



**Pagasta vadība un cilvēki lepojas ar Andreja uzvaru.** Viksnas pagasta pārvaldes vadītāja Gunta Raibekaze, sveicot sportistu, atzina, ka lepojas ar to, ka arī Viksnā ir savs čempions.



**Kopā ar komandu un latvieti, tagad ASV sportistu.** Latviju šajā čempionātā pārstāvēja Andrejs Šilo (no kreisās), Nauris Agrums, Andris Semjonovs un Artūrs Kravalis. Viņi šajā čempionātā satika latvieti Mārtiņu Lici, kurš tagad dzīvo ASV un kurš šis valsts komandas sastāvā savā svara kategorijā izcīnīja sudraba medaļu.

savu mērķi, kā to sportā dara Andrejs, un dzīve tev pasniegs dāvanu. Ja būs šaubas vai darbošanās tikai uz pusslodzi, panākumu nebūs. "Ne kluba, ne trenera nopelns tas nav, tas ir tikai paša Andreja sasniegums. Vispirms - uzvara pār sevi," piebilst treneris.

Andreja Latvijas rekords spēka trīscīņā, startējot svara kategorijā līdz 60 kg, pietupienos ar stieni ir 136 kg, bet kopsumma - 432,5 kg. Viņam savā svara kategorijā pieder arī Latvijas rekords spiešanā - 101,5 kg, vilkšanā - 207,5 kg.

**Lappusi sagatavoja Z.Logina**

## Aktuāli

# Populārākie mīti par pasīvo smēķēšanu

Smēķēšana ir temats, ko var apspriest un diskutēt bezgala. Savs viedoklis ir pašiem smēķētājiem, citāds – cilvēkiem, kuri to atmetuši vai arī ne reizi mūžā nav uzvilkuši dūmu. Katrā ziņā skats, kad jaunā māmiņa stumj ratiņos mazuli un vienlaikus smēķē, rada skumju izbrīnu. Cilvēki daudzreiz vienkārši neuzdrīkstas, taču viņiem būtu ko teikt šādai smēķējošai mātei. Arī diskusijas par pasīvo smēķēšanu nav izņēmums. Noteikti par to dzirdēti dažādi apgalvojumi, bet kā tos komentē mediķi?

## Neredz dūmus, tātad to nav

Noteikti ir gadījies sajaut cigarešu dūmu smaku, esot uz ielas, atrodoties dzīvoklī vai mājas pagalmā, kad pašu smēķētāju tuvumā it kā neredz. Izrādās, aizdedzinot cigareti, pats smēķētājs ieelpo tikai 15% dūmu, bet pārējie 85% kļūst par vides tabakas dūmiem. Līdzīgi kā gaisa piesārņojums, arī tabakas dūmi ne vienmēr ir redzami, taču telpās tie saglabājas stundām ilgi un ir tikpat kaitīgi kā tie, kurus neredzam.

## Dūmi otram kaitē tikai tad, ja ievēl vai iepūš elpceļos

Arī dūmi, kas sajaukušies ar gaisu, ir kaitīgi. Pat vislabākā ventilācija un filtri nevar droši un pilnīgi attīrīt gaisu telpā, kurā smēķēts. Tādēļ, ja nevēlaties smēķēt mājās vai dzīvoklī, piemēram, pie tvaika nosūcēja, ziniet, ka nav iespējams pilnībā izvairīties no šiem dūmiem un tos diemžēl nāksies ieelpot gan pašam smēķētājam, gan viņa ģimenes locekļiem.

## Viskaitīgākie ir smēķētāja izelpotie cigarešu dūmi

Ir trīs veidu tabakas dūmi: tie, ko ieelpo pats smēķētājs, dūmi, ko smēķējot cilvēks izelpo, un dūmi, kas izdalās no degošas cigaretes vai kāda tabakas izstrādājuma. Pretēji pieņēmumam, ka smēķētāja izelpotie dūmi ir kaitīgākie, pētījumi pierādījuši, ka viskaitīgākie ir tieši degošas cigaretes izdalītie dūmi. Tie satur daudz vairāk toksisko un kancerogēno vielu.

## Pasīvā smēķēšana kaitē tiem, kuri cieš no astmas un elpceļu slimībām

Lai arī astma pamatā ir iedzimta, tā var attīstīties arī apkār-

tējās vides faktoru ietekmē. Tabakas dūmi var izraisīt astmu un citas slimības arī veselīgiem cilvēkiem. Savukārt ikviens astmas slimnieks ir jutīgs pret sadzīves kairinātājiem un arī cigaretes dūmiem. Tie noteikti var pastiprināt astmas simptomus, izraisot saasinājumus un pat lēkmes.

## Bērniem nekaitē, ja vecāki mājās uzsmēķē reizi pa reizei

Pētījumi liecina, ka viena gada laikā mājās smēķējošu vecāku bērni uzņem tik lielu nikotīna devu, kas būtu pielīdzināma 60 - 150 izsmēķētām cigaretēm. Ikvienas vecāku izsmēķētās cigaretes dūmu daļiņas kaitē bērna veselībai, izraisot dažādas saslimšanas - bronhītu, astmas pastiprināšanos.

## Smēķētājs, atnākot no smēķēšanas, vairs nekaitē

Daudzi domā – iziešu ārā uzpīpēt, ienākšu atpakaļ telpā, nomazgāšu rokas, pakošļāšu košļājamo gumiju un viss kārtībā. Taču tā tas nebūt nav. Pēc smēķēšanas vēl 3 - 8 minūtes cilvēks izelpo kaitīgās vielas, kas var kaitēt nesmēķētājiem, kuri atrodas ar smēķētāju vienās telpās.

## Smēķēšana iekštelpās nekaitē, ja to nedara otra klātbūtnē

Ilgu laiku nebija izpētīts, ka cigarešu sastāvā ir ļoti agresīvas, sīkas putekļu daļiņas, kas atrodas ne tikai gaisā, bet arī lielā daudzumā mājas putekļu, uz virsmām, mēbelēm un tamlīdzīgi. Pie katras kustības mēs šos putekļus saņemam gaisā un ieelpojam. Tādēļ, ja gribēsiet uzsmēķēt iekštelpās vai redzēsiet to darām radnieku vai draugu, ejiet smēķēt ārā un rosiniet tā rīkoties arī citus pīpmaņus.

No pasīvās smēķēšanas nav viegli izvairīties. Pat, ja ģimenē neviens nesmēķē, to dara cilvēki uz ielas. Plašāku informāciju par šo tēmu var atrast Veselības ministrijas un Slimību profilakses un kontroles centra portālā [www.pasivasmekesana.lv](http://www.pasivasmekesana.lv). Tur var uzzināt, kā izvairīties no tabakas dūmu kaitīgās ietekmes, kur meklēt palīdzību smēķēšanas atmešanai, kā arī tamlīdzīgās ar smēķēšanu saistītas atbildes.

# Reģistrē simtiem jaunos HIV gadījumus

Slimību profilakses un kontroles centra apkopotā statistika liecina, ka Latvijā no šī gada sākuma līdz 1.oktobrim ir reģistrēti 250 jauni HIV infekcijas gadījumi, 107 jauni AIDS gadījumi, 30 nāves gadījumi HIV stadijā un 65 nāves gadījumi AIDS stadijā. Savukārt Latvijā kopējais reģistrētais HIV infekcijas gadījumu skaits kopš 1987.gada līdz šī gada 1.oktobrim ir 6117 gadījumi.

HIV testēšanas nedēļas laikā rīkotais pasākums apliecina, ka pozitīvs rezultāts konstatēts 22 gadījumos. Apkopotā informācija no 25 testēšanas vietām Latvijā rāda, ka liela daļa cilvēku, kuri veica testu, pieder riska grupai, tomēr iespēju bez maksas un anonīmi noskaidrot savu HIV statusu izmantoja arī citi intereseanti. Mediķi atgādina, ka HIV infekcijas paaugstināta riska grupā ir cilvēki, kuriem:

- ir bijis sekss bez prezervatīva ar vairākiem dzimumpartneriem;

- ir bijis sekss bez prezervatīva ar partneri, kuram bijuši vairāki citi dzimumpartneri;
- ir bijis sekss bez prezervatīva ar partneri, kurš iepriekš lietojis vai šobrīd lieto injicējamās narkotiskās vielas;
- paši lietojuši vai šobrīd lieto injicējamās narkotiskās vielas; ir bijis kontakts ar svešām asinīm (negadījums, trauma).

Centra direktore pauž prieku par šogad iedzīvotāju parādīto aktivitāti, veicot HIV eksprestestus. Tas liecina par lielāku atbildību pret savu, savu partneru un apkārtējo veselību. Pozitīvs HIV eksprestests nav galīga diagnoze, tomēr pozitīva testa gadījumā cilvēkam obligāti ir jādodas uz Latvijas Infektoloģijas centru, lai apstiprinātu testa rezultātu, veicot atkārtotu asins analīzi.

Centrs atgādina, ka HIV eksprestestus bez maksas un anonīmi joprojām iespējams veikt kādā no 15 HIV profilakses punktiem, kas atrodas Rīgā (3), Bauskā, Jēkabpilī, Jelgavā, Jūrmalā, Kuldīgā, Liepājā, Ogrē, Olainē, Talsos, Tukumā, Balvos un Ventspilī.

## Meklējam atbildi

# Kādēļ pacienti aizgāja, netikuši pie ārsta

Redakcija uzklauzīja kādas pacientes vērojumus 9.decembra dienā, apmeklējot privāti praktizējošo endoskopiju nodaļas ārstu Balvu slimnīcā. Viņa stāstīja, ka aptuveni pulksten 12 dienā atvērušās kabineta durvis un tajās parādījies ārsts, viņasprāt, neadekvātā izskatā un uzvedībā: basām kājām, sporta kreklā... Rindā uz pieņemšanu gaidījuši vairāki pacienti, uz pieņemšanu ratiņos mediķe atvedusi arī kādu terapijas nodaļas slimnieku. Pacienti neizpratnē saskatījušies un sapratuši, ka todien viņiem vizīte pie šī ārsta jāatliek, jo tas var kaitēt viņu veselībai.

Vai šo faktu zina arī slimnīcu apvienībā un kā to vērtēt, lūdzām komentāru slimnīcu apvienības izpilddirektorei EVAI SMIRNOVAI.

E.Smirnova skaidro, ka no šī privāti praktizējošā ārsta Balvu slimnīca pērk pakalpojumu ar mērķi, lai ārsts speciālists veiktu stacionāra pacientiem nepieciešamos endoskopiskos izmeklējumus. Taču viņš nav slimnīcu apvienībai pakļautais ārsts un tādēļ ar viņu nepastāv darba attiecības. Privāti praktizējošajam ārstam ir noslēgts darba līgums ar Nacionālo veselības dienestu.

Izpilddirektore atzīst, ka par konkrēto gadījumu mediķi viņai ir ziņojuši un viņa pilnībā tic gan mediķu, gan pacientu stāstītajam. E.Smirnova saka, ka atsauksmes par šo dakteri ir klaji pretējas – no ļoti negatīvām līdz pozitīvām. Slimnīca līdz šim ir saņēmusi stacionāra pacientiem nepieciešamos viņa pakalpojumus.

E.Smirnova piekrīt, ka neadekvāts ārsts darbā, protams,

## Īsumā

## Miris dakteris Jānis Kamšs

79 gadu vecumā aizsaulē aizgājis bijušais dakteris Jānis Kamšs. Vecākā paaudze viņu atceras kā ārstu ķirurgu onkologu, arī ginekologu Balvos, kurš aktīvā darba gaitas beidza slimības dēļ 67 gadu vecumā. Pacienti un arī viņa kolēģi aizgājēju atceras kā pacietīgu, precīzu un darbīgu dakteri. Ķirurgs Aina Buliņa viņu raksturo kā ļoti pedantisku, kārtīgu un ģimenisku cilvēku. Ikdienas pienākumus veica ar izpratni un mīlestību, bija saprotošs pret slimniekiem. Arī slimnīcu apvienībā atzīst, ka Jānis Kamšs Balvu slimnīcas vēsturē paliks kā viens no 'zelta fonda' ārstiem. Arī viņa dzīvesbiedre aktivajos darba gados bija saistīta ar medicīnu, un ģimenē izaudzināta meita Inese, kura ir ārste.

## Slimnīcu apvienībai kvotas nav beigušās

SIA "Balvu un Gulbenes slimnīcu apvienība" informē, ka pacienti droši var izmantot valsts apmaksātos pakalpojumus, jo kvotas šeit nebūt nav beigušās, kā tas noticis daudzās citās medicīniskajās iestādēs. Rindas, lai nokļūtu pie ārstiem speciālistiem, varētu būt aptuveni tikai sešu dienu garumā. Atgādinām, ka pacientiem vispirms jāizņem sava ģimenes ārsta nosūtījums. Līdz gada beigām noteikti netiks izmantota kvota neirologa vizītēm, kā arī kompjūtertomoģrafa izmeklējumiem. Pēdējais saistīts ar to, ka slimnīcu apvienība ambulatorajiem pacientiem var nodrošināt kvalitatīvus tikai izmeklējumus galvai.

## Strādā un mācās

Balvu slimnīcā darbu uzsācis jaunais ārsts rezidents Vjačeslavs Simonovs. Pirmās dežūras acimredzot nav vieglas, nākas daudz ko apgūt un mācīties arī no kļūdām, kā tas ir jebkurā profesijā.

## Terapijas nodaļā daudz pacientu

Labā ziņa tā, ka gripa pagaidām nav sākusies, taču Balvu neatliekamās medicīniskās palīdzības slimnīcas terapijas nodaļā gultasvietas ir aizņemtas pilnībā. Nodaļā ārstējas vairāk nekā 30 slimnieku. Viena no izteiktākajām diagnozēm ir plaušu karsonis. Taču bērnu nodaļā pacientu, salīdzinot ar šo pašu laiku pērnajā gadā, ir ievērojami mazāk.

## Izslēdz no Psihoterapeitu biedrības

Ņemot vērā Ētikas komisijas atzinumu, Latvijas Psihoterapeitu biedrības valde izslēgusi Viesturu Rudzīti no Psihoterapeitu biedrības un anulējusi viņam psihoterapeita sertifikātu. Ņemot vērā, ka Viesturs Rudzītis atkārtoti rupji pārkāpis Latvijas Psihoterapeitu biedrības Ētikas kodeksa normas un nav respektējis iepriekšējos Ētikas komisijas un valdes lēmumus un ieteikumus, kā arī nepilda statūtos uzliktos pienākumus, Latvijas Psihoterapeitu biedrības valde atzinusi, ka viņš izdarījis Latvijas Psihoterapeitu biedrības Ētikas kodeksa pārkāpumus, tāpēc izslēdzams no biedrības, kā arī anulējams viņam izdotais sertifikāts. Valde atzīmē, ka Viestura Rudzīša literārā daiļrade un publiskie izteikumi rada izkropļotu un nepatiesu priekšstatu par psihoterapiju.

Var piebilst, ka Viesturs Rudzītis savulaik viesojies arī mūspusē, un pēc tikšanās ar viņu klausītājiem palikušas diametrāli pretējas izjūtas. Vieni viņu atceras kā ļoti asu, rupji runājošu un netikamu psihoterapeitu, citus turpretī fascinējis viņa runas stils, akcentējot problēmu un liekot to risināt.

nav normāla parādība, taču diemžēl tas nebūt nav pirmais vai vienīgais gadījums ikdienas praksē Latvijā, tostarp arī Balvos. Daudz ko var *norakstīt*, uzskata izpilddirektore, uz mediķu *izdegšanas* sindroma rēķina. Konkrētajā gadījumā izpilddirektorei nav *instrumentu*, ar ko rīkoties. Var, protams, šo privāti praktizējošo ārstu aicināt uz sarunu, lai gan ne vienmēr tās ir auglīgas. Vairumā gadījumu ārsti noliedz savu neadekvāto rīcību un saka, ka pacientu vai kolēģu redzētāis ir nepatiesība.

Redakcija sazinājās ar konkrētajā gadījumā minēto ārstu Andri Tjuniti. Telefonsarunā viņš teica, ka pašam ir galvas trauma, jūtas slims un lieto zāles. Uz jautājumu par neadekvāto ārsta rīcību piebilda, lai cilvēki sūdzas attiecīgās instancēs, ja to vēlas.

Lappusi sagatavoja M.Sprudzāne

## Ekspresintervija

### Pēdējo reizi dejoja draudzenes jubilejā



**ANNA BĒRZIŅA**, Tilžas pagasta pārvaldes vadītāja

lietvedi Renāti esam vienojušas: ja kāds iedzīvotājs mani gaida, viņa man piezvana.

#### Kad pēdējo reizi dejojāt?

-Draudzenes Skaidrītes skaidrajā dzīves jubilejā, bet vispār esmu aktīva dejojāja vēl joprojām. Šovasar gandrīz visu nakti ar vīru dejojām Valkā - Melodiskās mūzikas svētku pasākumā. Arī jaunībā biju ļoti aktīva dejojāja.

#### Vai bērnībā par nedarbiem piedzīvojāt stāvēšanu kaktā?

-Bieži nē, jo biju diezgan paklausīgs bērns. Vienreiz gan tēvs mani izstiepa uz sola un ar bērza žagaru no mīkstās vietas prātu aizdzina uz galvu. Piemirsies, par kādu grēku tas bija, bet pietika vienas reizes, lai saprastu, - pirms kaut ko dara, tas kārtīgi jāpdomā.

#### Kādas ir jaukākās bērnības atmiņas?

-Skaisti, balti Ziemassvētki un izrotāta eglīte. Nekrāsota un balti izberzta koka grīda. Tikko izceptas maizes smarža. Balts galdaus, kaladīņa uz galda un lūgšanas - pateicība Dieviņam par visu, kas dots.

#### Vai garšo augļi un kurus no tiem esat iecienījuši visvairāk?

-Visi augļi garšo. Man ir ābeļdārzs un, kad ir laba raža, visu ziemu mīlojos no sava pagaba krājumiem. Veikalā visbiežāk pārku mandarīnus.

#### Kas valda virs zemes - taisnība vai dūre?

-Taisnība nekad uz pasaules nav valdījusi. Tā nemaz arī nevar valdīt, jo mums katram ir sava taisnība. Manuprāt, jautājums jāuzdod citādāk, proti, vai mēs nodrošinām, ka pasaulē valda pieņemtie likumi? Atbildot uz šo jautājumu, jāteic, ka to mēs katrs varam izjust, sastopoties ar dažādām dzīves situācijām un gūstot katrs savu pieredzi - cits mazāku, cits lielāku. Savukārt, ja mēs par dūri dēvējam lielvalstis, atbilde ir: "Jā, tās valda pār pasauli!"

#### Vai kādreiz mēdzat prāt par dziļi eksistenciāliem jautājumiem?

-Par šādām lietām interesējos kopš jaunības. Tā sagādājies, ka jau agros jaunības gados mani tuvinieki slimojuši ar smagām slimībām un aizgājuši mūžībā. Tas viss rosinājis domas par dvēseles turpmāko dzīvi. Tas ir plašs jautājums. Esam nākuši pasaulē ar konkrētu uzdevumu, kad tas izpildīts - aizejam...

#### Par ko vēlaties pateikties saviem vecākiem?

-No vecākiem esmu mantojusi pacietību, mīlestību pret līdzcilvēkiem, ikdienas darbu un Dievu. Mammai paldies par ikdienā teiktajiem dažādiem būtiskiem vārdiem. Piemēram, "nedari otram to, ko nevēlies saņemt pats" vai "domā, ko runā, jo vārdam milzīgs spēks - nenorunā nestundā!". Tēvam paldies, ka ar mums - bērniem - spēlēja dažādas spēles, piemēram, kuģišu gremdēšanu, vārdu minēšanu pēc nosauktā burta un arī kārtis. Tās loģisko domāšanu attīstīja pat vairāk, nekā algebras uzdevumi, un nevienam no mums kāršu spēle atkarību nerādīja.

#### Ar ko Tilžas pagasts var lepoties?

-Ar saviem cilvēkiem. Novēlu iedzīvotājiem saskatīt ikdienas mazās laimītes, jo no tām veidojas prieks par to, ka mēs vienkārši esam. Savukārt gaidāmajos svētkos ikvienam novēlu Dieva mieru un labu veselību!

### Kā sākas Jūsu darbadienu rīti?

-Sākot darbu pagasta pārvaldes vadītājas amatā, centos ļoti ievērot darba plānu. Piere-dze liecina, ka ne katru dienu var izplānot. Tagad viss sakārtots tā, ka ir obligāti darāmie darbi un darbi, kas jāpaveic līdz noteiktam datumam. Savukārt nekavējoties un neatkarīgi no noteiktās iedzīvotāju pieņemšanas dienas darba kabinetā ierodas brīdī, ja kāds iedzīvotājs vēlas ar mani aprunāties. Ar

# Balvu karate meitenes

Mūsu senči sporta sniegtās iespējas iepazīna jau tālā senatnē, par ko liecina fakts, ka vēsturisko liecību meklētāji Latvijas teritorijā atraduši no dzīvnieku apakšstilbu kauliem darinātas slidas, kas izgatavotas pirms aptuveni tūkstoš gadiem – 10. – 12.gadsimtā. Laika ratam griežoties arvien straujāk, bagātāks kļuva arī *letiņu* iepazīto sporta veidu pūrs. Triumfa gājienu piedzīvoja arī senā okinaviešu un japāņu cīņas māksla karate, kas mums māca ne tikai par garīgo un fizisko spēju izkopšanu, bet arī par cilvēka iedomāto robežu nojaukšanu, lai savu potenciālu izmantotu augstāko mērķu sasniegšanai. Arī antīkie laiki, kad piedalīšanās sporta sacensībās bija vīriešu privilēģija un daiļā dzimuma pārstāvju tabu, palikuši tālu aiz muguras un mūsdienās šķiet kā viens liels vēsturisks pārpratoms.



## Vīrs – personīgā trenera lomā

**ZAIGA KOZLOVSKA** uz pastāvīgu dzīvi no Dobeles uz Balviem pārcēlās pēc iepazīšanās ar Balvu karate kluba vadītāju un treneri Jāni Kozlovski. Zaiga atceras, ka, uzzinot par Jāņa nodarbošanos, tas zināmā mērā bija negaidīti, jo karate viņai bija kas nezināms un neiepazīts. Tomēr redzot, ka vīram karate visnotaļ ļoti padodas, tā ir viņa sirdslieta un nozīmīga dzīves daļa, pamazām arī Zaigas prātā iezagās doma par savu spēku izmēģināšanu šajā cīņas mākslā.

Tiesa, ātri un viegli šis lēmums nenāca, jo nepameta uzmanīgās domas, proti, vai pieaugušam cilvēkam maz ir prāta darbs mesties nebūt ne vieglajā karate treniņprocesā? "Bērniem uzsākt nodarboties ar karate ir krietni vieglāk, jo tas viņiem ir kaut kas jauns. Savukārt pieaugušajiem jau zināmā mērā izveidojušies stereotipi, kuriem grūti pārkāpt pāri un saprast, ka karate ir lielisks veids, kā relaksēties. Turklāt pie sevis nodomāju – galu galā mans vīrs taču būs kā mans personīgais treneris! Kāpēc gan ne? Izšķiros par labu karate un varēju posties pirmajam treniņam," ar smaidu seļā atceras Zaiga. Viņa piebilst, ka sākotnēji vecāki un draugi par viņas izvēli bija izbrīnīti. Tajā pašā laikā lieliski saprata, ka Zaigas vīram karate ir svarīga dzīves sastāvdaļa un agri vai vēl Jānis šajā nodarbē ieinteresēs arī viņu pašu.

Jāpiebilst, ka Zaigas un Jāņa kopdzīvē piedzīmusi meitiņa Kate un dēliņš Raitis. Ņemot vērā, ka ikdienā laiks jāvelta mazajiem ģipariem, Zaigai nodarboties ar karate nesanāk tik ļoti bieži, kā vēlētos. Šobrīd tā ir kā atpūta, kas, mazajiem paaugoties, varēs pārtapt arī par lielisku brīvā laika pavadīšanu ģimenes lokā. Savukārt savus pirmos soļus karate mākslas apgūšanā Zaiga atceras kā diezgan grūtus. Nopietnāk šai nodarbei viņa pievērsās šīs vasaras vidū, jo bija vēlme gluži vienkārši izkustēties. Turklāt dažkārt Zaiga karate treniņus aizvada arī mājās, jo jārūpējas par bērniem un ne vienmēr sanāk doties uz sporta zāli. Zaiga gan par to tikai priecājas un ir pārliecināta – nodarbošanās ar karate kopdzīvi ar vīru Jāni tikai papildina.



**Triumfa mirkli vēl priekšā.** Šobrīd Zaiga ir baltās jostas īpašniece un treniņos ieguldītā darba augļu baudišana jaunajai karatistei vēl tikai priekšā. Zaiga to dēvē par lielisku dzinuli turpināt uzcītīgi trenēties, jo kādudien varēs ieskatīties pagātnē un redzēt, kāds ceļš noiets kāroto mērķu sasniegšanai.

## Mērķis – melnā josta



Foto - A.Kirsanovs

Deviņus gadus jaunā balveniete **DANIĒLA PROKOFJEVA** dzimusi ģimenē, kurā nodarbošanās ar cīņas mākslām nav nekas svešs. Tētis **Igors** savulaik apguva tuvciņas iemaņas, savukārt mamma **Aiga** apmeklēja karate treniņus. Ar katru nodarbību pieredzes bagātāks kļūst arī **Danielas brālīns Mareks**, kurš ir karate oranžās jostas īpašnieks un pirmos soļus karate cīņas mākslas apgūšanā spēra teju vienlaikus ar savu māsu. Kopš tā brīža pagājis gandrīz gads.

Daniela, kura Balvu Mūzikas skolā apgūst arī klavierspēli, stāsta, ka uzsākt apmeklēt karate treniņus mudināja tētis, kurš vēlēties, lai bērni savu brīvo laiku mazāk pavadītu pie datoru zilajiem ekrāniem vai vienkārši pastaigājoties pa pilsētu, bet aizpildītu ar krietni lietderīgāku nodarbi. Turklāt kādudien var noderēt arī apgūtās paš aizsardzības prasmes, jo karate nemāca, kā ļaunprātīgos nolūkos uzbrukt citiem, bet nepieciešamības gadījumā pielietot treniņos uzkrāto pieredzi un aizstāvēt sevi. Par to pārliecināta arī Daniela, kura uz jautājumu, vai gada laikā treniņos apgūtās prasmes spētu izmantot un sevi aizstāvēt uz ielas, ja kāds vienaudzis, nelāgu nolūku vadīts, izdomātu parautīt aiz bizēm, atbild apstiprinoši. Arī tēvs piebilst, ka pēc atgriešanās no armijas šķita, ka savulaik apgūtās cīņas paņēmieni nolikti atmiņas tālākajos plauktos un aizmirsti, bet reiz pienāca brīdis, kad viņš pārliecinājās par pretējo. Tēvs ar meitu gan cer, ka karate iemaņas sevis aizstāvēšanai nekad nebūs jāpielieto.

Daniela stāsta, ka karate treniņus apmeklē trīs reizes nedēļā. Līdz šim prātā nekad nav arī iezagusies doma, ka uz kādu no treniņiem varētu arī neaiziet. "Pēdējā karate seminārā Cēsis gan nepiedalījies, jo biju aplimusi. Savukārt tētis smeļ, ka mēs ar brāli dažkārt aizraujamies un nenozīmīgos savstarpējos ķīviņos viens otram karate mākslu pamācām arī mājās! Jebkurā gadījumā man šī nodarbe ļoti patīk. Galvenais, lai kaut ko sasniegtu, jābūt disciplīnai, gribasspēkam un mērķtiecībai. Svarīgi arī mīlēt to, ko tu dari. Man paveicies arī ar treneriem," priecājas Daniela.

**Grūtības nebaida.** Taujāta, kādus mērķus karate vēlas sasniegt, Daniela, ilgi nedomājot, atbild, ka vēlas regulāri trenēties un pilnveidot paš aizsardzības iemaņas. Protams, mērķis ir arī melnās jostas iegūšana, bet Daniela saprot – lai to sasniegtu, jāiegulda ne mazums darba. Tas gan nav šķērslis, lai soļotu līdz pašam virsotnēm.

## LTV 1

6.00 "LR valsts himna".  
6.02 "Ielas garumā". Atk.  
6.30 "2020". Dok. filma.  
7.05 "Animācijas filmas".  
9.00 "Kas te? Es te!".  
9.30 "Animācijas filma".  
10.00 "Mārvijs Hemmers. Nacionālās ģeogrāfijas pasaule".

10.30 "Brimuskapja skola".  
11.00 "Itālija, mana mīla".  
Dok. daudzseriju filma.  
12.00 "Devkalpojums".  
13.00 "Vertikāle".  
13.26 "Daudz laimes koncerts".  
14.15 "Latvijas slāgeraptauja 2014". Atk.

15.10 "Kas var būt labāks par šo?" Atk.  
15.40 "Ķepa uz sirds". Atk.  
16.15 "100 g kultūras. Nacionālie dārgumi".  
17.00 "Melu laboratorija".  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.20 "Province".  
18.50 "Ziemassvētku rotājums". Melodrama.

20.30 "Panorāma".  
21.40 "Kā nozagt sievu". Komēdija.

23.30 "Spieģis delfinu barā".  
Dok. daudzseriju filma.  
0.30 "Vakars ar Renāru Zeltiņu". Atk.

1.30 "Vidzemes koncertzāles atklāšana Cesis". Atk.  
3.25 "Ziemassvētki Maltā". Atk.

3.55 "Personība".  
4.35 "Diskusija. 100 g kultūras". Atk.  
5.15 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.

## LTV 7

5.30 "Autosporta programma nr.1". Atk.

6.00 "LR valsts himna".  
6.05 "Starptautiskais folkloras festivāls *Baltica 2012*". Atk.

7.30 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.

7.50 "Rūpes par tevi. Televēlaka skatlogs".  
8.10 "Komercedarbība šodien. Televēlaka skatlogs".

8.30 "Reģionālā attīstība Latvijā. Agro 2014. Televēlaka skatlogs".  
8.50 "Attīstības kods. Televēlaka skatlogs". Atk.  
9.10 "Nedēļas apskats.

Televēlaka skatlogs".  
9.30 "Darbs. Izglītība. Karjera. Televēlaka skatlogs".  
9.50 "Aktualitātes.

Televēlaka skatlogs".  
10.10 "Vārds uzņēmējiem. Televēlaka skatlogs".  
10.30 "Tavs auto". Atk.  
11.00 "Piedzīvojums dabā". Atk.

11.30 "Autosporta programma nr.1".  
12.00 "Zebra". Atk.  
12.15 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.

12.45 "Sauls cirks. Amaluna".  
13.45 "Bailes no Ziemassvētkiem". Drāma.  
15.20 "Senlaicīgi Ziemassvētki". Vēsturiska drāma.

17.10 "Varenā Misisipi ar seru Trevoru Makdonaldu".  
Dok. daudzseriju filma.  
18.00 "Ķerot lielos vilpus".  
Drama.

20.00 "Sporta deju festivāls *Baltic Grand Prix*".  
22.00 "Labdarības akcija *Dod pieci!*".  
22.30 "Noziegums". Daudzseriju krimināldrāma.

23.35 "Armādillo". Dok. filma.  
0.40 "Eiropa koncerts".  
1.30 "Zigmara Liepiņa jubilejas vokāli simfoniskās mūzikas koncerts". Atk.  
3.25 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.

5.29 "Pasaules stāsti. *Deutsche Welle* žurnāls".  
**LNT**

5.00 "Amerikāņi". Seriāls.  
5.45 "Ķerto liģa 3". Seriāls.  
6.05 "Kādas slimības vēsture". Seriāls.

7.00 "Nedēļa novados. Kopsavilkums".  
7.25 "Kā izdzīvot pie vecākiem?" Komēdijseriāls.  
9.00 "LNT brokastis".  
10.00 "Īpaši smags gadījums". Realitātes šovs.

11.00 "Ražots Eiropā 2".  
11.30 "Mīs Mārpļa. Enu spogulis".  
Detektīvfīlma.

14.00 "Mistiskās slimības". Realitātes šovs.  
15.00 "Greizais spogulis". Humora raidījums.

16.50 "Dzintara dziedāšanas 3".  
17.50 "Ziņas sešos".  
18.00 "Dalasa 3". Seriāls.  
20.00 "LNT ziņas".  
20.10 "LNT ziņu *Top 10*".

21.00 "Kurts Seits un Šura".  
Seriāls.  
23.05 "Pēdējie Grimmi 2".  
Seriāls.

0.05 "Spoguļi". Šausmu filma.  
2.05 "Mans sievišķais es".  
Melodrama.  
3.30 "LNT brokastis".  
4.15 "Ķerto liģa 3". Seriāls.

## TV 3

5.00 "Medikopters 6". Seriāls.  
5.55 "Lui 2". Komēdijseriāls.  
6.50 "Animācijas seriāli".  
8.50 "Māmiņu klubs".  
9.25 "Gatavo 3". Pavāru raidījums.

10.00 "Superbingo". TV spēle.  
11.00 "Rūnā Rīgal 2".  
11.35 "Gandrīz ideālas vakariņas 7".

13.50 "Amerikas smieklīgākie videokurtozi 23".  
14.20 "Čarījas Ziemassvētki". Ģimenes komēdija.  
16.00 "Leģendārais piecnieks". Anim. filma.

18.00 "Dullās sacensības *Neiespējamā misija 6*".  
19.00 "Nekā personīga".  
20.00 "Transformeri 3".  
Spraiga sižeta drāma.

23.05 "Dūru cīņas". Spraiga fantastikas filma.  
1.15 "Tomijs". Komēdija.  
3.00 "Dullās sacensības *Neiespējamā misija 6*".  
3.45 "Medikopters 6". Seriāls.  
4.30 "Lui 2". Komēdijseriāls.

## RTR ROSSĪJA

5.10 "Pasauc, un es atnāks".  
Melodrama.  
8.30 "Pats esmu režisors".  
9.20 "Vietējais laiks. Vēstis no Maskavas. Nedēļas notikumi pilsētā".  
10.00, 13.00 "Vēstis".  
10.15 "Jevgeņija Petrosjana *Smiektu panorāma*".  
10.45 "Rita pasts".  
11.25 "Dzīvnieku pasaule".  
12.00 "Kulinārijas zvaigzne".  
13.20 "Vietējais laiks. Vēstis no Maskavas".

13.30 "Čilvēks amfībija".  
Fantastikas filma.  
15.20, 3.00 "Atļauts smieties!".  
Humora raidījums.  
17.05 "Krievijas Federācijas drošības institūciju darbimieku dienai veltīts svētku koncerts".  
19.00 "Nedēļas vēstis".

21.00 "Svētdienas vakars kopā ar Vladimīru Solovjovu".  
22.50 "Ceturta asins grupa".  
Krimināldrāma.  
1.00 "Karuselis". Melodrama.

## PBK

5.50 "Euronews". Informatīvs raidījums.  
6.20, 9.00, 11.00 "Ziņas".  
6.30 "SpēleĶiet, harmonikas!".  
7.10 "Kalpoju tevījā!".  
7.40 "Smieklīgās bumbiņas. Pinkods". Anim. seriāls.

7.55 "Veselība".  
9.20 "600 sekundes - par veselību un skaistumu".  
9.35 "Kamer visi ir mājās".  
10.20 "Fazenda".  
10.25 "Dmitrija Krilova piezīmes".  
11.55 "Ekstrasensu cīņa. Melnie un baltie".  
13.00, 1.05 "Pirmā kanāla kausa izcīņa hokejā. Krievijas izlase - Čehijas izlase". Tiešr.

15.10 "Humora festivāls *Jūrmala 2013*".  
15.45 "Kā apprecēt miljonāru 2". Komēdija.  
20.00 "Laiks".  
21.55 "Jautro un atjautīgo klubs".  
0.25 "Sazvērestības teorija".  
2.45 "Euronews". Informatīvs raidījums.

3.15 "Trakā naida".  
Komēdija.  
4.35 "Humora festivāls *Jūrmala*".  
5.40 "Pirmais Baltijas muzikālais kanāls".

## TV 5

5.00 "Nakts mūzika TV5".  
7.30 "Džoisla Meijere. Priekša pilna dzīve".  
8.00 "Es ārsteĶu". Seriāls.  
9.00 "Televēlaka skatlogs".  
9.15 "Mājas restorāns".  
Kulinārijas šovs.

10.15 "Gribu mājas".  
10.50 "Izmailova parks".  
Humora raidījums.  
13.30 "Personīgās lietas".  
14.40 "Televēlaka skatlogs".  
14.55 "Īpašo uzdevumu aģents 2". Seriāls.  
18.45 "Šausmas virtuve".  
Realitātes šovs.

20.00 "Tālbraucēji". Seriāls.  
22.10 "Es mīlu precētu vīrieti".  
Melodrama.  
24.00 "Izmailova parks".  
Humora raidījums.  
2.15 "Nakts mūzika TV5".

## Balvos

## Balvu Kultūras un atpūtas centrā

Fotoizstāde "PreiĶu un preiĶiešu gadalaiku ritumā" – 1. stāva foajē;

Leontins Dailis Bērziņš "Gleznas" – 2. stāva Mazajā zālē.  
**13.decembrī plkst. 14.00** "Jaunais teātris" piedāvā humoršovu "Vīriēji, vīriēji...".

**18.decembrī plkst.19.00** filma "Izlaiduma gads".  
**25.decembrī plkst.20.00** Ziemassvētku balles. Muzicē brāĶi PuncuĶi.

**26.decembrī plkst.15.00** Ziemassvētku koncerts.  
**27.decembrī plkst.16.00** Baltinavas amatierteātra "Palādas" viesizrāde "Pareizo stidzine".

**28.decembrī plkst.13.00** eĶlites sarīkojums bērniem "Reiz mežā dzima eĶlīte...". Iepriekšēja pieteikšanās.

**Balvu Evāņģēliski luteriskajā baznīcā**  
**14.decembrī plkst. 10.00** III Adventa Ķimeņu dievkalpojums, pēc tam Kubulu pagasta jauktā vokālā ansambļa, Balvu un Gulbenes mūzikas skolu vijolnieku ansamĶu koncerts.

**Balvu Novada muzejā**  
Ķ Baltijas baltkrēvu mākslinieku apvienības "Maju gonar" darbu izstāde.

Ķ Piecās muzeja ekspozīciju zālēs mūsdienīgi atspoguĶojotas ZiemeĶlatgalei raksturīgās tēmas, tostarp etnogrāfija, tradicionālā mūzika, folklorā, paražas, psalmi, Maija dziedājumi, cilvēku prasmes un citas vietējās vērtības.

## Balvu pagastā

**20.decembrī plkst. 12.00** LeĶĶu teātra "Tims" izrāde "Nekur nav tik labi kā mājās" un svētki Balvu pagasta bērniem tautas namā. Ķemosies Ziemassvētku vecīti, kurš ies rotājās un atnesis arī dāvanības Balvu pagasta pirmsskolas vecuma bērniem, kuri neapmekĶē bērnudāru.

**20.decembrī plkst. 16.00** Ziemassvētku pasākums "Mazu brīdi pirms" tautas namā. Piedalās Balvu pagasta dramatisks kolektīvs ar izrādi "Čaukstenes" un jaukais vokālais ansamblis "Malduguns".

## Bērzpili

**No 15. līdz 30.decembrim** (darba dienās) saietu nama 2. stāvā skatāma fotoizstāde "Mana zeme-Latvija".

**30.decembrī plkst. 20.00** sporta hallē gada atskaite koncerts. Piedalās Bērzpils vidusskolas un pagasta pašdarbnieki. Pēc koncerta balles. SpēĶes Ainārs Lipskis. Ieeja brīva. Pasākums pie galdiņiem.

## Briežuociemā

**12.decembrī plkst. 15.00** jaunās latviešu spēĶfilmas "Modris" kopĶĶa skatīšanās. Ieeja brīva.

**27.decembrī plkst. 20.00** gada noslēguma pasākums "Zem svētku zvaigznes". Pēc pasākuma balles kopā ar Māri Leidumu. Ieeja brīva.

## Kubulos

**25.decembrī plkst. 12.00** kultūras namā Ziemassvētku sarīkojums bērniem. **Plkst. 17.00** koncerts "Pīrātu Ziemassvētki", piedalās pagasta deĶu kolektīvi. Pēc koncerta diskoballe.

## Tilzā

**14.decembrī plkst.16.00** pagasta centrā aicina pagasta

## AFIŠA



iedzīvotāĶus kopā ar rūĶiem iedegĶ gaismības lielajā svētku eĶĶē. Līdzī pēnt labu noskaņojumu un spožu gaismiņu.

**20.decembrī plkst. 13.00** kultūras namā pasākums bērniem "Ķemos pie burvju ņeĶas pasaku valstībā". **Plkst. 13.30** visus pirmsskolas vecuma bērnus, kuri neapmekĶē skolu un bērnudāru, Ziemassvētku vecīti aicina pie svētku eĶĶes. **Plkst. 14.00** diskotēka bērniem. Ieeja brīva.

**Tilzās Kultūrvēstures izpētes un Tūrisma centrā** skatāma izstāde "Smilšu skulptūru starptautiskā festivāla Jelgavā labāko darbu foto apskats".

## Krišjānos

**18.decembrī plkst. 13.00** tiek aicināti visi pagasta pirmsskolas vecuma bērniĶi uz tikšanos ar Ziemassvētku vecīti.

## Viksnā

**27.decembrī plkst. 19.00** svētku koncerts "Klusā nakti balti Ziemassvētki zied" tautas namā. Piedalās Viksnas tautas nama pašdarbības kolektīvi. **Plkst. 20.30** Vegada karnevāla *dīsēnīte* bērniem tautas namā. Ieejas maksa - EUR 1. **Plkst. 22.00** Vegada karnevāla balles ar Zinti Krakopu tautas namā. Ieejas maksa - EUR 2,50, pēc plkst.23.00 - EUR 3.

## Rugāju novadā

**12.decembrī plkst. 9.00** jauniešu iniciatīvu centrā Ziemassvētku tirziņš. **Plkst. 14.30** Rugāju tautas namā lielus un mazus uz LIELĀS EĶĶES iedegšanas pasākumu pie jauniešu iniciatīvu centra.

**12.decembrī plkst. 14.30** Lazdukalnā aicinām lielus un mazus uz LIELĀS EĶĶES iedegšanas pasākumu pie saietu nama.

**12.decembrī plkst. 19.00** Rugāju tautas namā aicinām apmekĶēt koncertu "Sadziedāšanās Lūcijas dienā", piedalās ansamblĶi no Gaigalavas, Naudaskalna, Bērzpils, Lazdukalna, RugājĶiem. Ieeja brīva.

**22.decembrī plkst. 11.30** Rugāju tautas namā Ziemassvētku pasākums Rugāju novada pirmsskolas vecuma bērniem, kuri neapmekĶē bērnudāru un skolu.

**24. decembrī plkst. 16.30** pirms dievkalpojuma garīgās mūzikas koncerts Augustovas svētās Elizabetes Romas katoĶu baznīcā.

**25.decembrī** pirms dievkalpojuma garīgās mūzikas koncerts Rugāju Romas katoĶu baznīcā.

**26.decembrī plkst. 16.00** Rugāju tautas namā Ziemassvētku koncertu sniegs ansamblis "Skonē" no Rēzeknes, ieeja brīva. **Plkst.19.00** Lazdukalna saietu namā Ziemassvētku pasākums, ieeja brīva. **Plkst. 22.00** Lazdukalna saietu namā Ziemassvētku balles kopā ar Zinti Krakopu, ieeja brīva.

## Baltinavā

**Baltinavas Novada muzejā** skatāma Baltinavas Kristīgās internātpamatiskolas mājturības skolotāju - Ingas Carevas, Ojāra LāĶa, Raimonda Leicāna - audzēkņu rokdarbu izstāde.

## Viljākā

**21.decembrī plkst. 11.30** Viljākas pirmsskolas izglītības iestādes zālē pasākums "Ziemassvētku pasaka" Viljākas bērniem, kuri neapmekĶē bērnudāru.

**25.decembrī plkst. 17.00** kultūras namā Ziemassvētku koncertuzvedums "DAUDZ LAIMES!". **No plkst. 21.00** Ziemassvētku BALLE. Muzicēs grupa "Kontrasts". Ieejas maksa - EUR 2.

Pārpublicēšanas gadĶjumā "Vaduguns" atsaucē obligāta

TTV

PROGRAMMAS

no 15. līdz 21.decembrim

## 2. Pirmdiena, 15.decembris

Vārdadienu svini:  
Johanna, Hana, Jana

### LTV1

6.00 "LR valsts himna".
6.02 "Province". Atk.
6.30 "Rīta Panorāma".
8.35 "Mīļas viesulis 9". Seriāls.
9.35 "Dzīvnieki - profesionāļi". Dok. daudzsēriju filma.
10.30 "Lauras vēlniņu saraksts". Drama.
12.15 "Top-Shop piedāvā...". Televeikala skatlogš".
12.30 "Sporta studijas diskusijas".
13.30 "Aciltechniks". Atk.
13.45 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.
14.05 "Top-Shop piedāvā...". Televeikala skatlogš".
14.25 "Zili brīnumi!". Atk.
15.00 "Top-Shop piedāvā...". Televeikala skatlogš".
15.15 "Mīļas viesulis 9". Seriāls.
16.10 "Dzīvnieki - profesionāļi". Dok. daudzsēriju filma.
17.10 "Momentuzņēmums". Atk.
17.25 "Skats no malas".
18.00 "Dienas ziņas".
18.42 "Ceturta studija".
19.15 "Aizliegtas parņemiens".
20.00 "Kas tur dzīvo?".
20.30 "Panorāma".
21.15 "V.I.P. - Veiksme. Intuīcija. Prāts".
22.00 "Sporta studija".
22.45 "Latvija var!".
23.05 "Nakts ziņas".
23.20 "Valdība". Seriāls.
0.25 "Hāija, mana mīla". Dok. daudzsēriju filma.
1.25 "De facto". Atk.

### LTV7

6.00 "LR valsts himna".
6.03 "1000 jūdzes Ķīnā".
6.30 "Vienmēr formāt <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".
7.00 "Šorīt". Informatīvi izklaidējošs raidījums.
8.40 "Muhtars atgriežas 2". Seriāls.
9.35 "Alpu dakteris 3". Seriāls.
10.30 "Šēpavārs līdzņemšanai". Kulinārijas šovs.
11.30 "Jūra un krastā". Atk.
11.50 "Skats rīdiena". Atk.
12.10 "Pie rīta kafijas". Atk.
12.30 "Automoto raidījums nr. 2". Atk.
12.50 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.
15.30 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.
15.45 "Labākais no <i>Euronews</i> . Žurnāls <i>Deutsche Welle</i> ".

16.15 "Alpu dakteris 3". Seriāls.
17.05 "Muhtars atgriežas 2". Seriāls.
18.00 "Segošā vēterom". Ziņu raidījums.
18.45 "VTB vienotās līgas spēle. VEF Rīga - Nīžņij Novgorod". Tiešr.
21.00 "Bezeļu tūrisms". Dok. seriāls.
21.30 "Varenā Misisipi ar seru Trevoru Makdonaldu". Dok. daudzsēriju filma.
22.25 "Šēpavārs līdzņemšanai". Kulinārijas šovs.
23.20 "Mīdsonemas slepkavības 10". Seriāls.
1.05 "Bezeļu tūrisms". Dok. seriāls.
1.35 "Labākais no <i>Euronews</i> . Žurnāls <i>Deutsche Welle</i> ".

### LNT

5.00 "Amerikāņi". Seriāls.
5.45 "Tīcīgo uzvara balss".
6.15 "Animācijas seriāls".
6.30 "Nedēļa novads. Kopsavilkums".
7.00 "900 sekundes". LNT rīta ziņu raidījums.
9.00 "Dzīvīte".
9.35 "Televeikala skatlogš".
9.50 "Mīlestība Tazemē". Melodrama.
11.50 "Runā Rīgai 3".
12.25 "Karambai". Humora raidījums.
12.55 "Sirds melodija". Seriāls.
14.00 "LNT dienas ziņas".
14.20 "Televeikala skatlogš".
14.35 "Precamies?". Lepazīšanas šovs.
15.40 "Nemelo mani!".
16.50 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.
17.50 "Ziņas sešos".
18.00 "Gumušas stāsts". Seriāls.
20.00 "LNT ziņas".
20.30 "Sporta un laika ziņas".
20.35 "Dēgpunktā".
21.10 "Donbura studija".
23.05 "Karšu nams 2". Seriāls.
0.10 "Dzīvīte".
0.30 "LNT ziņu TOP 10". Atk.
1.25 "Purvāji". Seriāls.
2.50 "Nedēļa novads. Kopsavilkums". Atk.
3.15 "900 sekundes".
4.45 "Bernards". Anim. seriāls.

### TV3

5.00 "Medikopters 6". Seriāls.
5.55 "TV zvaigzne dienasgrāmā-

6.25 "Ūsainā aukle 3". Seriāls.
6.50 "Animācijas filmas".
8.10 "Tērtuka meitņas". Seriāls.
9.15 "Medikopters 6". Seriāls.
10.25 "Būt par papucīti 3". Seriāls.
11.25 "Mamiņu klubs".
12.00 "Gaṡavo 3".
12.30 "Ūsainā aukle 3". Seriāls.
13.05 "Animācijas filmas".
14.00 "Atriebība". Seriāls.
15.00 "TV zvaigzne dienasgrāmātas". Realitātes šovs.
15.35 "UgunsGrēks 12". Seriāls.
16.55 "Rozenheimas detektīvi 4". Detektīvsariāls.
18.00 "Gandritz ideālas vakariņas".
19.00 "TV3 ziņas".
19.30 "Bez tabu".
20.20 "UgunsGrēks 12". Seriāls.
21.00 "Drošības aģenti V.A.I.R.O.G.S.". Seriāls.
22.05 "Melnais saraksts". Seriāls.
23.05 "Ģenijs uzvaikā". Seriāls.
0.05 "Transformeri. Pļevkto atbēdība". Spraiņa sižeta fantastikas filma.
2.45 "Nekā personīgā".
3.35 "Būt par papucīti 3". Seriāls.
3.55 "TV3 ziņas".
4.25 "Bez tabu".

### RTR ROSSIA

5.00 "Krievijas rīts".
9.05 "Debesu vairogs".
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "Vēstis".
10.35, 13.30, 16.10, 18.35 "Vietējais laiks. Vēstis no Maskavas".
10.55 "Par pašu svarīgāko". Sarunu šovs.
11.55 "Ipašs gadījums".
14.05 "Zvaigznes sirds". Seriāls.
15.00, 4.10 "Kamer cīems dus". Seriāls.
16.30 "Pa karstām pēdām". Seriāls.
17.30, 3.15 "Tīštraide".
20.00 "Iznieklešanas noslēpumi". Seriāls.
23.45 "Mūsu ķermeņa ķimija. Vitamīni". Seriāls.
0.40 "Kamenska". Seriāls.
1.35 "Nāve zem bumas". Detektīvfīlma.

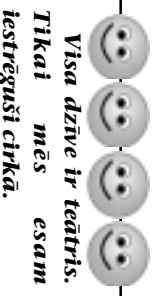
### PBK

6.00 "Euronews". Informatīvs raidījums.
6.35, 9.00, 11.00, 14.00 "Ziņas".

6.40 "Animācijas filmas".
7.00, 9.25 "Labrīt!".
9.50 "Esi veselā!".
11.35 "Cietirdīgā romance. Beigās es teikšu...".
12.45, 14.20 "Laiks rādīs".
14.15 "Eiropas balss".
14.50 "Gaidi mani!".
15.55 "Modens spriedums". Realitātes šovs.
17.00 "Vakara ziņas".
17.50 "Precamies!". Realitātes šovs.
18.55 "Lai runā!".
20.00 "Laiks".
20.45 "Latvijas laiks. Laika ziņas".
21.20 "Mažors". Seriāls.
23.50 "Vakars kopā ar Ivanu Urganu".
0.20 "Euronews". Informatīvs raidījums.
0.55 "Nakts ziņas".
1.10 "Pozners".
2.00 "Izklaides vēcūkiem". Komēdija.
3.25 "Tamatras Aleksandrovas vīrs un meita". Drama.
5.20 "Pirmais Baltijas muzikālais kanāls".

### TV5

5.00 "Nakts mūzika TV5".
6.45 "Tālbraucēji". Seriāls.
8.50 "Personīgas lietas".
9.50 "Televeikala skatlogš".
10.05 "Riska faktori". Dok. seriāls.
11.05 "Ģimenes drāmas".
12.05 "Kriminālinformācija +".
12.40 "Televeikala skatlogš".
12.55 "Paralēļā pasaulē". Dok. seriāls.
14.05 "Nacionālā maršrutnīcka īpahtības". Seriāls.
18.00 "Dzīves īstenība". Dok. filma.
18.35 "Ģimenes drāmas".
19.40 "Ziņu vakars".
19.50 "Sasīsto lukturu ielas 12". Detektīvsariāls.
22.00 "Vakars@22".
22.20 "Laika ziņas".
22.25 "Krimināl".
23.00 "Aļpauts smietiesi". Humora raidījums.
0.40 "Dzīves īstenība". Dok. filma.
1.10 "Krimināl".
1.35 "Nakts mūzika TV5".



Vīsa dzīve ir teātris.  
Tikai mēs esam  
iestrēguši cirkā.

## Sestdiena, 20.decembris

Vārdadienu svini: Arta,  
Minjona

### LTV1

5.20 "Aizliegtais parņemiens". Atk.
6.00 "LR valsts himna".
6.02 "Teļas garumā". Atk.
6.30 "2020". Dok. filma.
7.05 "Animācijas filmas".
9.00 "Kas tel Es tel".
9.30 "Zili brīnumi!".
10.00 "Ķeņa uz sirds".
10.30 "Kas var būt labāks par šo?".
11.00 "Mūmamma un Vāma". Animācijas filma.
12.30 "Pec krizes". Atk.
13.00 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.
13.20 "Eksperti divānā". Atk.
14.05 "Vakars ar Renāru Zeltiņu". Atk.
15.10 "Daugavieši". Atk.
15.45 "Gudrs, vēl gudrāks". Atk.
17.00 "Spiegs delfinu barā". Dok. daudzsēriju filma.
18.00 "Dienas ziņas".
18.20 "Aciltechniks".
18.35 "Teļas garumā".
19.05 "Vides fakti".
19.35 "Latvijas slāgeraplatuļa 2014".
20.30 "Panorāma".
21.03 "Lahoto. <i>Eurojackpot</i> ".
21.15 "Lābdarības akcija <i>Nepaļgarami!</i> ". Tiešr.
23.40 "Pec krizes". Atk.
0.10 "Inspektors Džordžs Dženitlis 2". Seriāls.
1.55 "Ulda Marhilēviča koncerts <i>Marhils un draugi!</i> ". Atk.
3.45 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.
4.00 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.

### LTV7

5.15 "Teļais pārgājiens". Atk.
6.00 "LR valsts himna".
6.05 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.
7.50 "Skats rīdiena". Televeikala skatlogš".
8.10 "Pie rīta kafijas. Televeikala skatlogš".
8.30 "Biznesa klase. Televeikala skatlogš".
8.50 "Automoto raidījums nr. 2. Televeikala skatlogš".
9.10 "Vide. Veselība un mēs. Televeikala skatlogš".
9.30 "Brīvdienu ceļveids. Televeikala skatlogš".
9.50 "Tādas lietas. Televeikala skatlogš".
10.10 "Atsīstības kods. Televeikala skatlogš".

10.30 "Ārtuma cilts". Atk.
11.00 "Sporta studija". Atk.
11.45 "V.I.P. - Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.
12.30 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.
12.45 "VTB vienotās līgas spēle. Kalev - VEF Rīga". Tiešr.
15.00 "Pasauls kausa izcīņa bobslējā". Atk.
16.05 "Pasauls stāsti. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".
16.35 "Anekdošti šovs 3". Atk.
17.05 "Senlatīcīgi Ziemassvētki". Vēsturiska drāma.
19.00 "Sauls cirks. Amaluna". Atk.
20.00 "Sporta deju festivāls <i>Baltic Grand Prix</i> ". Tiešr.
21.00 "Latvijas sporta varoni. Bobslēja zvaigznāis".
22.00 "Lābdarības akcija <i>Dod plect!</i> ".
22.30 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.
23.00 "Pasauls kausa izcīņa bobslējā". Tiešr.
24.00 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.
0.30 "Pasauls kausa izcīņa bobslējā". Tiešr.
1.35 "SOKO Vismāra". Seriāls.
2.25 "Mājā". Drama.
4.15 "LTV - 60. Zelta arhivs". Atk.
4.30 "Tavs auto". Atk.
5.00 "Eiropa koncertos".

### LNT

5.00 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.
5.40 "Ķerto līg 3". Seriāls.
6.00 "Kādas slimības vēsture". Seriāls.
7.00 "Dēgpunktā 4".
7.30 "Jannūnā". Komēdijseriāls.
8.00 "Kā izdzīvot pie vecākiem?". Komēdijseriāls.
9.00 "LNT brokastis".
11.00 "Laimīgs un veselā".
11.30 "Uzmanību, gatavību, remontis!".
12.30 "Trakte Ģinsea rekordi".
13.15 "Dienesta romāns". Komēdija.
16.50 "Eksporta un inovācijas balva 2014. Atpaļvošana ceremonijā".
9.10 "Vide. Veselība un mēs. Televeikala skatlogš".
17.50 "Ziņas sešos".
18.00 "Atgriezties mājās". Seriāls.
19.00 "Ipaši smags gadījums". Realitātes šovs.
20.00 "LNT ziņas".
20.35 "Dzintara dziesmas 3".
21.35 "Mis Mārpļa. Ēnu spoguļis".

### TV3

7.35 "Animācijas filmas".
8.15 "Gudrinieces un gudrinieki". TV viktorina.
9.25 "Mācītāja vārds".
9.50 "Dmitrija Kriļova piezīmes".
10.15 "Padomi kulinārijā".
11.30 "Valentīna Tolkuņova. Piedod man par mīlestību". Dok. filma.
13.00, 1.40 "Pirmā kanāļa kausa izcīņa hokejā. Krievijas izlase - Zviedrijas izlase". Tiešr.
15.10 "Humora festivāls <i>Jimnala 2013</i> ".
16.20, 17.25 "Ledus laikmets". Šovs.
17.00 "Vakara ziņas".
20.00 "Laiks".
20.30 "Ekstrasensu cīņa. Viņi ir atgriezušies".
22.55 "Kas? Kur? Kad?". TV spēle 0.10 "Šovakap".
3.20 "Euronews".
3.50 "Jūs izsacat Taimtra". Komēdija.

### TV5

5.00 "Nakts mūzika TV5".
7.55 "Es arstēju". Seriāls.
8.55 "Televeikala skatlogš".
9.10 "Mājās restorāns". Kulinārijas šovs.
10.10 "Lietišks piegājiens". Raidījums.
10.45 "Iznaiļova parks". Humora raidījums.
12.50 "Šausmas virtuvē". Realitātes šovs.
14.00 "Televeikala skatlogš".
14.15 "Ipašo uzdevumu aģents 2". Seriāls.
18.05 "Greiztais spoguļis". Humora raidījums.
20.00 "Kā apmūjot miljonāru". Komēdija.
23.50 "Iznaiļova parks". Humora raidījums.
1.35 "Lietišks piegājiens".
2.05 "Kriminālinformācija +".
2.30 "Nakts mūzika TV5".

7.00, 10.00, 13.00 "Vēstis".
8.40 "Ņunu planēta".
9.15 "Sēstāden".
10.15, 13.25 "Vietējais laiks. Vēstis no Maskavas".
10.35 " <i>Mana planēta</i> piedāvā... Meistarā".
11.00 "Jūra lūz ceļiem". Seriāls.
13.35 "Krievijas brīnumi".
14.05 "Tas ir smieklīgi".
17.00 "Tablete pret asarām". Melodrama.
19.00 "Vēstis".
19.35 "Pasau, un es atnāksu". Melodrama.
23.25 "Komunālais detektīvs". Detektīvfīlma.
1.15 "Parevs". Drama.
3.10 "Mūsu ķermeņa ķimija. Vitamīni".
3.55 "Smieklu istaba".

### PBK

6.15, 5.15 "Pirmais Baltijas muzikālais kanāls".
6.30 "Euronews". Informatīvs raidījums.
7.00, 9.00, 11.00 "Ziņas".
7.10 "Kontrolpīrkums".

7.35 "Animācijas filmas".
8.15 "Gudrinieces un gudrinieki". TV viktorina.
9.25 "Mācītāja vārds".
9.50 "Dmitrija Kriļova piezīmes".
10.15 "Padomi kulinārijā".
11.30 "Valentīna Tolkuņova. Piedod man par mīlestību". Dok. filma.
13.00, 1.40 "Pirmā kanāļa kausa izcīņa hokejā. Krievijas izlase - Zviedrijas izlase". Tiešr.
15.10 "Humora festivāls <i>Jimnala 2013</i> ".
16.20, 17.25 "Ledus laikmets". Šovs.
17.00 "Vakara ziņas".
20.00 "Laiks".
20.30 "Ekstrasensu cīņa. Viņi ir atgriezušies".
22.55 "Kas? Kur? Kad?". TV spēle 0.10 "Šovakap".
3.20 "Euronews".
3.50 "Jūs izsacat Taimtra". Komēdija.



Šēf, ledod atvaļināju-  
mu trīs dienas!  
-Bet tu taču tikko  
atgriezies no mēnēsi  
gara atvaļinājumai!  
-Šēf, es precos!  
-Tu ko? Nevareji atva-  
ļinājuma laikā apprecē-  
ties?  
-Nevareju, negribēju  
sev atvaļinājumu mai-  
tat.



## 6. Piektiena, 19.decembris

### Vārdadienu svin: Lelde, Sarmis

11.50 "Aktualitātes, Televeikala skatlogs". Atk.  
12.10 "Biznesa klase, Televeikala skatlogs". Atk.  
12.30 "Fādas lietas, Televeikala skatlogs". Atk.  
12.50 "LTV - 60. Zelta arhīvs". Atk.  
15.30 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.  
15.45 "Pie stūres. *Deutsche Welle* žurnāls".  
16.15 "Alpu dakteris 3". Seriāls.  
17.05 "Muhtars atgriežas 2". Seriāls.  
18.00 "Šovakar".  
18.35 "Personīga lieta".  
19.05 "Šēpavārs līdzņemšanai". Kulinārijas šovs.  
20.00 "Labdarības akcija *Dod pieci!*".  
20.30 "Anekdošu šovs 3".  
21.00 "Vides fakti". Atk.  
21.00 "Izklaidējošs raidījums. Eiropa koncertos".  
21.55 "Eiropas kinovakari".  
22.10 "Mājā". Drāma.  
24.00 "Pasaules kausa izcīņa skeletonā".  
1.20 "Spots". Atk.  
1.50 "Pie stūres. *Deutsche Welle* žurnāls".  
2.20 "Enerģija - pilnīga kontrole". Dok. filma.  
2.30 "Pasaules kausa izcīņa bobslejā". Tiešr.  
3.30 "LTV - 60. Zelta arhīvs". Atk.  
4.00 "Pasaules kausa izcīņa bobslejā". Tiešr.  
5.00 "Nanotehnoloģijas elektromobiļos". Dok. filma.  
5.00 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.  
5.50 "Ticīgo uzvaras balss".  
6.20 "Animācijas seriāls".  
6.45 "Šodien novados".  
7.00 "900 sekundes".  
9.00 "Dzīvīte".  
9.30 "Basketbols TV".  
9.35 "Televeikala skatlogs".  
9.55 "Mans sievišķais es".  
11.55 "Melu spēle". Seriāls.  
12.55 "Sirds melodija". Seriāls.  
14.00 "LNT dienas ziņas".  
14.20 "Televeikala skatlogs".  
14.35 "Precamies?! 2".  
15.40 "Nemelo man!".  
16.50 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.  
17.50 "Ziņas sešos".  
18.00 "Gumušas stāsts". Seriāls.  
20.00 "LNT ziņas".  
20.30 "Sporta un laika ziņas".  
20.35 "Degpunktā 4".

5.00 "1000 jūdzes Gruzijā".  
5.30 "Vertikāle". Atk.  
6.00 "LR valsts himna".  
6.02 "Province". Atk.  
6.30 "Rita *Panorāma*".  
8.35 "Sirds likums". Daudzseriņu filma.  
9.35 "Dzīvnieki - profesionāļi". Dok. daudzseriņu filma.  
10.30 "Kas tur dzīvo?". Atk.  
11.00 "*Top-Shop* piedāvā...".  
11.15 "Televeikala skatlogs".  
12.05 "De *facto*". Atk.  
12.50 "1:1. Aktuālā intervija". Atk.  
13.45 "*Top-Shop* piedāvā...".  
14.10 "Vides fakti". Atk.  
14.35 "Acucliniņeks". Atk.  
14.50 "Bērnu skola". Atk.  
15.20 "Animācijas filmas".  
15.50 "*Top-Shop* piedāvā...".  
16.05 "Televeikala skatlogs".  
16.05 "Dzīvnieki - profesionāļi". Dok. daudzseriņu filma.  
17.05 "Sirds likums". Daudzseriņu filma.  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.50 "Vai Rīga jau gatava?".  
19.10 "Gudrs, vel gudrāks".  
20.30 "Panorāma".  
21.15 "Vakars ar Renāru Zeltiņu".  
22.15 "Inspektors Džordžs Džentlījs 2". Seriāls.  
23.00 "Nakts ziņas".  
23.13 "Inspektors Džordžs Džentlījs 2". Seriāls.  
0.15 "Latvijas slāgertautja 2014". Atk.  
1.10 "Mūsu Čārlijs 14". Seriāls.  
2.00 "Tilts 2". Seriāls.  
3.05 "Sastrēģumstunda". Atk.  
4.10 "Province". Atk.  
4.40 "Sporta studija". Atk.

#### LTV 1

21.10 "Dārgā, mēs nogalinām bernus!". Realitātes šovs.  
23.05 "Nekad nelaide mani vaļā". Romantiska drāma.

1.10 "Dzīvīte".  
1.30 "Nemelo man!".  
2.20 "Precamies?! 2". Iepazīšanās šovs.  
3.05 "Šodien novados".  
3.15 "900 sekundes".  
4.45 "Animācijas seriāls".

#### TV 3

5.00 "Medikopters 6". Seriāls.  
5.55 "Ūsainā aukle 3". Seriāls.  
6.25 "Animācijas seriāli".  
8.10 "Tētuka meitaiņas". Seriāls.  
9.15 "Medikopters 6". Seriāls.  
10.25 "Nozēguma skelets 9". Seriāls.  
11.25 "Ekstrasensu ciņas 13".  
12.30 "Ūsainā aukle 3". Seriāls.  
13.05 "Animācijas seriāli".  
14.35 "Atriebība". Seriāls.  
15.35 "UgunsGrēks 12". Seriāls.  
17.20 "Rozenheimas detektīvi 4". Detektīvseriāls.  
18.25 "Iespējams tikai Krievijā 2". Amatiervideo raid.  
19.00 "TV 3 ziņas".  
19.30 "Bez tabu".  
20.20 "Bez tabu: Dzīves smalkumi".  
20.35 "UgunsGrēks 12". Seriāls.  
22.00 "Viens pats mājās 4". Ģimenes komēdija.  
23.55 "Pestīšanas bulvāris". Komiska spraiga sižeta filma.  
1.45 "Medikopters 5". Seriāls.  
2.40 "Rozenheimas detektīvi 4". Detektīvseriāls.  
3.30 "Tētuka meitaiņas". Seriāls.  
3.55 "TV3 ziņas".  
4.25 "Bez tabu".

#### RTR ROSSIJA

5.00 "Krievijas rīts".  
9.05, 2.25 "Dzīvot karalūka. Okupācija".  
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "Vēstis".  
10.35, 13.30, 16.10, 18.35 "Vietējais laiks. Vēstis no Maskavas".  
11.00 "Par pašu svarīgāko". Sarunu šovs.  
11.55 "Īpašs gadījums". Iepazīšanās šovs.  
14.05 "Zvaigznes sirds". Seriāls.  
15.00 "Kamēr ciems dus". Seriāls.  
16.30 "Pa karstām pēdām". Seriāls.  
17.30, 3.15 "Tiešraide".  
20.00 "Speciālais korespondents".  
22.00 "No svētkiem līdz svētkiem". Melodrama.

#### LTV 1

5.00 "1000 jūdzes Gruzijā".  
5.30 "Ielas garumā". Atk.  
6.00 "LR valsts himna".  
6.02 "Province". Atk.  
6.30 "Rita *Panorāma*".  
8.35 "Mīlas viesulis 9". Seriāls.  
9.35 "Dzīvnieki - profesionāļi". Dok. daudzseriņu filma.  
10.30 "Kas tur dzīvo?". Atk.  
11.00 "Ziemeļvētku tiesas prāva". Komēdija.  
12.45 "*Top-Shop* piedāvā...".  
13.00 "Televeikala skatlogs".  
13.00 "Melo laboratorija". Atk.  
14.05 "*Top-Shop* piedāvā...".  
14.25 "Vakara ziņas".  
14.55 "*Top-Shop* piedāvā...".  
15.10 "Mīlas viesulis 9". Seriāls.  
16.10 "Dzīvnieki - profesionāļi". Dok. daudzseriņu filma.  
17.10 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.42 "Ceturtda studija".  
19.15 "Personība".  
20.00 "Kas tur dzīvo?".  
20.30 "Panorāma".  
21.15 "1:1. Aktuālā intervija".  
22.05 "Sazāļotie kareivji". Dok. filma.  
23.10 "Nakts ziņas".  
23.25 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.  
0.10 "Gultas otrā pusē". Komēdija.  
1.50 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.

#### LNT

5.00 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.  
5.50 "Ticīgo uzvaras balss".  
6.20 "Animācijas seriāls".  
6.45 "Šodien novados".  
7.00 "900 sekundes". LNT rita ziņu raidījums.  
9.00 "Dzīvīte".  
9.35 "Televeikala skatlogs".  
9.55 "Vudū iesācējiem". Komēdija.  
12.00 "Dalasa 2". Seriāls.  
13.00 "Sirds melodija". Seriāls.  
14.00 "LNT dienas ziņas".  
14.20 "Televeikala skatlogs".  
14.35 "Precamies?! Iepazīšanās šovs".  
15.40 "Nemelo man!".  
16.50 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.  
17.50 "Ziņas sešos".  
18.00 "Gumušas stāsts". Seriāls.  
20.00 "LNT ziņas".  
20.30 "Sporta un laika ziņas".  
20.35 "Degpunktā 4".  
21.10 "Lota un gaišā nākotne". Romantiska komēdija.  
23.10 "Nikita 4". Seriāls.  
0.10 "Dzīvīte".  
0.40 "Dombura studija".  
2.15 "Precamies?!".  
2.55 "Šodien novados".  
3.05 "900 sekundes".  
4.35 "Karamba! Humora raid.

#### LTV 7

5.00 "Sporta studija".  
5.45 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.  
6.00 "LR valsts himna".  
6.03 "1000 jūdzes Ķīnā".  
6.30 "Globalizācija 3000".  
7.00 "Šort". Informatīvi izklaidējošs raidījums.  
8.40 "Muhtars atgriežas 2". Seriāls.  
9.35 "Alpu dakteris 3". Seriāls.  
10.30 "Šēpavārs līdzņemšanai". Kulinārijas šovs.  
11.30 "Laiks uzņēmiem". Atk.  
11.50 "Nedēļas apskats". Atk.  
12.10 "TV mozaika". Atk.  
12.30 "Vārds uzņēmiem". Atk.  
12.50 "LTV - 60. Zelta arhīvs". Atk.  
15.30 "Vai Rīga jau gatava?". Atk.  
15.45 "Vienmēr formāl žurnāls".

9.15 "Medikopters 6". Seriāls.  
10.25 "Drošības aģenti V.A.I.R.O.G.S". Seriāls.  
11.25 "Ekstrasensu ciņas 13".  
12.30 "Ūsainā aukle 3". Seriāls.  
13.05 "Animācijas seriāli".  
14.00 "Atriebība". Seriāls.  
15.00 "TV *zvaigzne* dienasgrāmatas". Realitātes šovs.  
15.35 "UgunsGrēks 12". Seriāls.  
16.55 "Rozenheimas detektīvi 4". Detektīvseriāls.  
18.00 "Gandrīz ideālas vakariņas 7".  
19.00 "TV3 ziņas".  
19.30 "Bez tabu".  
20.20 "UgunsGrēks 12". Seriāls.  
21.00 "Motīvs?". Seriāls.  
22.05 "Mākslīgais intelekts". Seriāls.  
23.05 "Slepavība 3". Seriāls.  
0.05 "*Calendar Live*". Realitātes šovs.  
1.05 "Medikopters 6". Seriāls.  
2.45 "Rozenheimas detektīvi 4". Detektīvseriāls.  
3.30 "Būt par papucīti 3". Seriāls.  
3.50 "TV3 ziņas". Atk.  
4.20 "Bez tabu". Atk.

#### RTR ROSSIJA

5.00 "Krievijas rīts".  
9.05 "Jurisj Andropovs. *Terra Incognita*".  
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 "Vēstis".  
10.35, 13.30, 16.10, 18.35 "Vietējais laiks. Vēstis no Maskavas".  
10.55 "Par pašu svarīgāko". Sarunu šovs.  
11.55 "Īpašs gadījums".  
14.05 "Zvaigznes sirds". Seriāls.  
15.00, 4.10 "Kamēr ciems dus". Seriāls.  
16.30 "Pa karstām pēdām". Seriāls.  
17.30, 3.15 "Tiešraide".  
20.00 "Izmeklēšanas noslēpumi". Seriāls.  
23.45 "Nirnberga. Pēc 70 gadiem".  
0.40 "Kamenska". Seriāls.  
1.35 "Nāve zem buras". Detektīvfilma.  
6.00, 0.40 "Euronews". Informatīvs raidījums.  
6.35, 9.00, 11.00, 14.00 "Ziņas".  
6.40 "Animācijas seriāli".  
7.00, 9.25 "Labrīt!".  
9.50 "Esi vesels!".  
11.30 "Divatā ar visiem". Raidījums - intervija.

12.40, 14.25 "Laiks rādīs".  
14.45 "Virietis un sievietes".  
15.50, 4.00 "Moderns spriedums". Realitātes šovs.  
17.00 "Vakara ziņas".  
17.50 "Precamies!". Realitātes šovs.  
18.55 "Lai runā!".  
20.00 "Laiks".  
20.50 "Latvijas laiks: Laika ziņas".  
21.40 "Mažors". Seriāls.  
23.55 "Vakars kopā ar Ivanu Urgantu".  
1.10 "Nakts ziņas".  
1.25 "Mirkļa struktūra".  
2.20 "Tuvā tāle". Drāma.  
5.00 "Pirmais Baltijas muzikālais kanāls".

#### TV 5

5.00 "Nakts mūzika TV5".  
7.00 "Paralēlā pasaule". Dok. seriāls.  
8.00 "Pats esmu režisors". Humora raidījums.  
8.50 "Kino detalās".  
9.50 "Televeikala skatlogs".  
10.05 "Liktņa zīme". Melodrama.  
12.05 "Kriminalinformācija+".  
12.40 "Televeikala skatlogs".  
12.55 "Paralēlā pasaule". Dok. seriāls.  
14.00 "Pats esmu režisors". Humora raidījums.  
14.55 "Sasisto lukturu ielas 12". Detektīvseriāls.  
17.00 "Cilvēks: tiesības uz mūžīgu dzīvi". Dok. filma.  
18.00 "Dzīves īstenība". Dok. filma.  
18.35 "Ģimenes drāmas".  
19.40 "Ziņu vakars".  
19.50 "Sasisto lukturu ielas 12". Detektīvseriāls.  
22.00 "Vakars@22".  
22.20 "Laika ziņas".  
22.25 "Kriminal+".  
23.00 "Atjauns smieties!". Humora raidījums.  
0.50 "Dzīves īstenība". Dok. filma.  
1.15 "Kriminal+".  
1.45 "Nakts mūzika TV5".



**-Dakter, es gribu dzīvot! Dariet kaut ko!**

**-Jums nauda ir?**

**-Nav.**

**-Nu, un kamdējums vajadzīga tāda dzīvošana?**

## Otrdiena, 16.decembris

### Vārdadienu svin: Alvīne 3.

16.15 "Alpu dakteris 3". Seriāls.  
17.05 "Muhtars atgriežas 2". Seriāls.  
18.00 "*Segodņa vēčerim*". Ziņu raidījums.  
18.35 "Ekstrēmie kadri 2". Dok. seriāls.  
19.05 "Šēpavārs līdzņemšanai". Kulinārijas šovs.  
20.00 "Sporta studija".  
20.45 "Maskēties, lai izdzīvotu". Dok. filma.  
21.45 "Tavs auto".  
22.15 "Autosporta programma nr.1".  
22.45 "Nozēgums". Daudzseriņu krimināldrāma.  
23.50 "Ekstrēmie kadri 2". Dok. seriāls.  
0.20 "LTV - 60. Zelta arhīvs". Atk.  
1.30 "Vienmēr formāl žurnāls *Deutsche Welle*".

#### LNT

5.00 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.  
5.50 "Ticīgo uzvaras balss".  
6.20 "Animācijas seriāls".  
6.45 "Šodien novados".  
7.00 "900 sekundes". LNT rita ziņu raidījums.  
9.00 "Dzīvīte".  
9.35 "Televeikala skatlogs".  
9.55 "Vudū iesācējiem". Komēdija.  
12.00 "Dalasa 2". Seriāls.  
13.00 "Sirds melodija". Seriāls.  
14.00 "LNT dienas ziņas".  
14.20 "Televeikala skatlogs".  
14.35 "Precamies?! Iepazīšanās šovs".  
15.40 "Nemelo man!".  
16.50 "Mīlestība nekad nebeidzas". Seriāls.  
17.50 "Ziņas sešos".  
18.00 "Gumušas stāsts". Seriāls.  
20.00 "LNT ziņas".  
20.30 "Sporta un laika ziņas".  
20.35 "Degpunktā 4".  
21.10 "Lota un gaišā nākotne". Romantiska komēdija.  
23.10 "Nikita 4". Seriāls.  
0.10 "Dzīvīte".  
0.40 "Dombura studija".  
2.15 "Precamies?!".  
2.55 "Šodien novados".  
3.05 "900 sekundes".  
4.35 "Karamba! Humora raid.

#### TV 3

5.00 "Medikopters 6". Seriāls.  
5.55 "TV *zvaigzne* dienasgrāmatas". Realitātes šovs.  
6.25 "Ūsainā aukle 3". Seriāls.  
6.50 "Animācijas seriāli".  
8.10 "Tētuka meitaiņas". Seriāls.





## Piepilda mammas sapni

Karate - kas vairāk nekā vienkārši ciņa. Attēlā Ilze redzama ar savu puisī Mārtiņu – melnās jostas īpašnieku (2.dans).

“Neviens negaidīja, ka es varētu pievērsties karate, un visi lielākoties ir šokēti. Pāris reizes man ir arī jautājuši – un ko Tev mamma par to saka? Kā izrādās, šobrīd piepildu viņas sapni, jo mamma bērnības sapnis bija nodarboties ar karate. Tobrīd gan viņai tādas iespējas nebija, tādēļ mamma par manu izvēli ir sajūsmā,” stāsta karate oranžās jostas īpašniece ILZE LOGINA, kura ieguvusi Latvijas Universitātes sociālo zinātņu maģistra grādu tiesību zinātnēs un šobrīd dzīvo un strādā Rīgā.

Par savām istajām mājām Ilze gan uzskata un sirdij tuvāka ir Balvu pilsēta, jo šeit dzīvo viņas mamma un vecmamma, tādēļ Balvi bieži vien ir Ilzes brīvdienu galamērķis. Starp citu, Ilzes labākā draudzene jau tagad apsolījusi, ka brauks skatīties viņas melnās jostas eksāmenu. Savukārt ceļš līdz pirmajiem soļiem karate ciņas mākslas apgūšanā sākās tā...

Vēl studiju laikā, kad paralēli arī strādāja un citiem hobijiem īsti laika neatlika, Ilze ik pa laikam apmeklēja treniņu zāli, lai uzturētu sevi labā formā un *atslēgtos* no ikdienas darbiem. Savukārt šī gada maija sākumā Cēsis notika karate seminārs, kad no Lielbritānijas atbrauca Sensejs Lī Smits (Leigh Smith) – Starptautiskās tradicionālā karate (shotokan) klubu alianses vadītājs. Tolaik Ilze uz semināru devās, vēl būdama atbalstītājas statusā, jo viņas puisis Mārtiņš un viņa brālis Andrejs kārtoja karate eksāmenu. Ilze atzīst, ka seminārā redzētais atstāja diezgan lielu iespaidu. Zāle bija pilna ar visdažādākā vecuma cilvēkiem – ne tikai atlētiskiem vīriešiem, bet arī mazām meitenītēm, viņu mammām un gados vecākiem cilvēkiem. Ilze saprata, ka šim sporta veidam nav ne vecuma, ne dzimuma ierobežojumu – vajadzīga tikai vēlme sākt trenēties! “Iepazīstoties ar Lī Smitu, pasmējos, ka nākamreiz, kad viņš viesosies Latvijā, arī es sākšu trenēties karate! Ņemot vērā, ka mans puisis ir fanātisks karatists, nolēmu, ka tā ir ļoti laba priekšrocība – savs personīgais karate treneris! Līdz nākamajam karate semināram un iespējai kārtot pirmo eksāmenu bija atlicis aptuveni pusotrs mēnesis un bija pēdējais laiks sākt trenēties,” atceras Ilze. Viņa piebilst, ka, sākot intensīvi gatavoties pirmajam eksāmenam, trenējās teju katru dienu. Lielākā daļa treniņu notika dzīvoklī – viesistabā, kur, kā stāsta Ilze, laimīgā kārtā ir pietiekami daudz vietas. “Manam puisim bija jāapbruņojas ar pacietību, lai mani sagatavotu pirmajam eksāmenam. Savukārt tagad aptuveni divas reizes mēnesī braucam uz Balviem, kur apmeklējam karate treniņus pie Balvu karate kluba vadītāja Jāņa Kozlovskā. Nedēļas vidū trenējamies arī pie Didža Nestro – Cēsu karate kluba trenera. Jāteic, paskatoties uz manu treneru prasmēm, saprotu, ka gribu trenēties vēl un vēl, lai to visu apgūtu. Ja kaut ko iesāku, ar to ļoti aizraujos. Tāpat ir arī ar karate – uzdodu *kaudzi* jautājumu, precizēju katru kustību, lai visu izpildītu maksimāli pareizi,” stāsta Ilze.

Jāpiebilst, ka novembra nogalē notikušajā karate seminārā Cēsis Ilze ar vienu šāvieni nošāva uzreiz divus zaķus – vienā

eksāmenā ieguva divas jostas. “Nokārtoju eksāmenu un ieguva sarkano jostu. Mani uzaicināja mēģināt kārtot nākamo eksāmenu, pēc kura sekmīgi tiku arī pie kārotās oranžās jostas. Arī Balvu karate kluba treneris Jānis un viņa asistents Mārtiņš Logins mani trenēja ar domu, ka varu mēģināt nokārtot uzreiz divas jostas, jo mana karate tehnika bija labāka nekā citiem, kuri ar to sākuši nodarboties nesen. Savukārt pēc semināra, kas ilga visu nedēļu nogali, secināju, ka neviens nekad nesapratis, ko nozīmē trenēties karate, kamēr pats to nebūs sācis darīt. Seminārs atgādināja lielas ģimenes kluba atmosfēru. Sensejs Lī Smits man sniedza ne tikai plašāku priekšstatu par karate tehniku un filozofiju, bet arī lika ieklausīties sevī. Papildus tam iepazīnu daudzus fantastiskus dažāda vecuma un profesiju pārstāvjus. Tāpat jāatzīst, ka man pilnīgi noteikti nenācās viegli uzdrošināties piedalīties seminārā un kārtot eksāmenu pie Senseja Lī Smīta. Biju ļoti satraukusies. Patiesībā neatceros, vai kādreiz dzīvē esmu gājusi cauri tik emocionālam satraukumam saistībā ar kādu gaidāmu pārbaudījumu. Negribējās pievilt sevi. Biju nopietni gatavojusies, tāpēc vēlējos sevi parādīt no vislabākās puses, lai arī treneri Jānis un Mārtiņš, kā arī mamma varētu lepoties ar mani. Šajā ziņā gan laikam īpaši neatšķiros no mazajiem karatistiem,” stāsta Ilze.

Uz tradicionālo jautājumu, vai nepieciešamības gadījumā spētu pielietot karate paņēmienus un aizstāvēt sevi vai savu draudzeni ārpus sporta zāles – uz ielas, Ilze atklāj, ka iemācījusies piecus karatista likumus - ir jānāk ātri skriet, labi slēpties, klusi elpot, labi lūgties un tikai tad – labi cīnīties: “Ja nonāktu nelāgā situācijā, no konflikta mēģinātu izvairīties. Lieki riskēt ar savu drošību nav nepieciešams. Turklāt, lai spētu reaģēt uz nestandarta situāciju, trenēties karate vajag krietni ilgāku laiku. Jebkurā gadījumā ar karate noteikti var nodarboties ikviens. Vajadzīga tikai vēlme, pacietība, laiks un spēja klausīties. Personīgi es ar treniņu palīdzību esmu uzlabojusi savu fizisko sagatavotību, izturību un guvusi daudz pozitīvu emociju. Labāk protu tikt galā arī ar ikdienas stresa situācijām. Karate man ir arī sava veida meditācija un antistresa terapija, reakcijas, pareizas elpošanas un stājas vingrinājumi. Protams, arī kārtīgs kardio un spēka treniņš, kas māca kontrolēt savu ķermeni. Jāpiebilst, ka Balvu karate kluba treneris Jānis ir lielisks skolotājs, kurš man īsā laikā posmā daudz iemācījis. Balvos trenējos kopā ar viņa sievu Zaigu, kura, audzinot divus mazus bērnus, atrod laiku treniņiem. Un kā vienas no nedaudzajām meitenēm Balvu karate klubā jūtamies labi. Arī puīši pret mums izturas labi. Šķiet, pat vismazākie Balvu karate kluba biedri respektē to, ka mēs, meitenes būdamas, ejam uz treniņiem un centīgi pildām visus uzdevumus. Ikvienam ieteiktu vismaz pamēģināt nodarboties ar karate. Tā nav tikai ciņa, bet vesela pasaule, kurā ikviens var atrast kaut ko sev saistošu un izmantot karate iegūto, lai sasniegtu savas dzīves mērķus.”

Brīvbrīdi sagatavoja A.Ločmelis

## CILVĒK ZIŅAS

Jo vairāk zinām, jo labāk!



Foto - E.Gabranovs

Pirmajā aerobikas maratonā Balvos, kas notika pirms nedēļas, piedalījās arī Inta Ozola (foto – otrā no labās) ar savu komandu. Viņa vingrotājām atelpas brīžos pastāstīja par veselīgiem produktiem. “Nereti nav iespējams pat gribot veikalā nopirkt veselīgus produktus,” uzsvēra I.Ozola un piedāvāja gan nobaudīt, gan iegādāties zviedru zinātnieku izstrādātos dabīgos produktus bez konservantiem un krāsvielām: “Pēc smagām operācijām cilvēkiem ir problēmas ar atveseļošanu, ar uzturu uzņemšanu. Lai to sabalansētu, ir jāseko un jāskaita līdzī, cik jāuzņem olbaltumvielas, ogļhidrātus u.c. vielas, nerunājot par kalorijām, lai nav liekā svara. Ikvienam iesaku lietot speciāli izstrādātus un sabalansētus produktus, kas atvieglo dzīvi.” Jautāta, vai cilvēki nav skeptiski pret dažādiem jaunajiem produktiem, sabiedrībā pazīstamā balveniete atzina, ka viss atkarīgs no zināšanām. “Jo vairāk zinām, jo labāk,” viņa nešaubās. Savukārt uztura speciāliste Ilze Smirnova atgādināja, ka ēdienam jāietilpst divu roku plaukstās: “Turklāt bez kaudzes!”

Kas tur zem eglītes guļ?



Foto - A.Kirsanovs

Pirmdienas pievakarē, spītējot nelielam lietutiņam, Bērzkalnē iededza gaismiņas pagasta eglē. Neviltots bija pašu mazāko bērzkalniešu izbrīns, kad, atnākot uz svingo eglē atklāšanu, zem skaistules ieraudzīja guļam Ziemassvētku vecīti. Izrādījās, tālais ciemiņš ieradies, lai kopā ar bērniem ietu rotaļās, kā arī palīdzētu izgaismot eglīti. Vai tas viņiem izdevās – pārliecinieties paši, dodoties uz Bērzkalnes pagastmāju.

## NEDĒĻAS CITĀTS

“Atmiņas un karstviņš silda cilvēku no iekšpuses. Atmiņas ir sūdzīgas, bet karstviņam nav naudas. Kā lai dzīvo tālāk?”

(No ielās noklausītas sarunas)

Redakcija atvairinās visiem, kurus “Cilvēkziņas” aizvainojušas vai aizvainos



**Apsveicam!**

# Mīlestība pēc gredzena uzvilšanas nemainās



15. novembrī Balvu novada dzimtsarakstu nodaļā viens otram "Jā" vārdu teica un gredzenus mija balvenieši **ALEKSANDRA BĀRDA** un **OSKARS KLIJA**. Jauno pāri dzīvē ievadīja ļoti tuvi draugi **Vita Rogoļeva** un **Kristaps Ločs**.

Aleksandra un Oskars iepazinās vēl vidusskolas laikā, kad bieži pavadīja laiku kopīgu draugu lokā, līdz pienāca diena, kad viņi viens otru uzlūkoja citām acīm. "Pēc tam, studējot un strādājot, ilgu laiku dzīvojām kopā Rīgā, bet, kad pārvācāmies uz Rēzekni, izlēmām, ka beidzot jāliek attiecībām likumīgs pamats. Un kur nu tam vēl labāks laiks par novembra garajām Valsts svētku brīvdienām. Visi viesi bija precīgi un reizē arī pārsteigti par šādu paziņojumu," stāsta jaunlaulātie.

Jaunais pāris kāzas svinēja Balvos, muzeja telpās. Pateicoties šim skaistajam notikumam, vedēji Aleksandrai un Oskaram bija sarūpējuši dažādus interesantus pārbaudījumus, lai redzētu, cik viņi abi sagatavojušies ģimenes dzīvei. Jaunlaulātie atzīst: "No mūsu kāzu dienas mums paliks ļoti gaišas un pozitīvas atmiņas! Tā kā viesu nebija daudz un praktiski visi savā starpā bija pazīstami, svinējām jautri. Daudziem tas bija ilgi gaidīts notikums. Bet vislielākais paldies mūsu vedējiem, kuriem īpaši pateiksimies kāzu pirmajā gadadienā," atklāj Aleksandra un Oskars.

Tagad, kad abi jaunieši kļuvuši par vīru un sievu, viņi ķērušies pie kāzu ceļojuma plānošanas, kurā, visticamāk, dosies kaut kad tuvākajā nākotnē. Bet kamēr tas nav noticis, visas viņu domas novirzītas ģimenes mājokļa iekārtošanā. Paralēli tam Oskars turpina strādāt Rēzeknē par fizioterapeitu, savukārt Aleksandra ir nama administratore Balvos.

Jaunlaulātie teic: "Sajūtas pēc kāzām ir tikpat stipras kā pirms tām, arī mīlestība pēc gredzena uzvilšanas nav pazudusi. Pricējamies par to, ka beidzot apprecējamies."

## *Iveiciens decembra jubilarēm cienījamā vecumā!*

**97 GADOS**  
**Pansionātā**  
Alīda Gaitlazda

**96 GADOS**  
**Vīksnas pagastā**  
Genovefa Lielbārde  
**Balvu pilsētā**  
Valentīna Kravale  
**Pansionātā**  
Jūlija Bleidere

**94 GADOS**  
**Šķilbēnu pagastā**  
Anna Ločmele  
**Balvu pilsētā**  
Anzelma Ivanāne

**93 GADOS**  
**Kubulu pagastā**  
Alise Kviene

**92 GADOS**  
**Balvu pilsētā**  
Olga Tāukule  
Marija Jegorova  
Anna Berģe

**91 GADĀ**  
**Balvu pagastā**  
Alberts Timeniēks  
**Kupravas pagastā**  
Mirdza Ķerāne  
**Susāju pagastā**  
Alberts Puriņš  
**Vectilžas pagastā**  
Jevgenija Ostrovska  
**Vīksnas pagastā**  
Antoņina Baure  
**Balvu pilsētā**  
Aleksandrs Stvolkovs

**90 GADOS**  
**Bērzkālnes pagastā**  
Janīna Stefanoviča  
**Kubulu pagastā**  
Rita Vanaga

**Medņevas pagastā**  
Anna Plātere

**89 GADOS**  
**Medņevas pagastā**  
Antoņina Brokāne

**88 GADOS**  
**Kubulu pagastā**  
Anna Nikolajeva  
**Lazdukalna pagastā**  
Agnese Uršulska  
**Rugāju pagastā**  
Domicella Stāmere

**87 GADOS**  
**Vīksnas pagastā**  
Valentīna Kravale

**Žiguru pagastā**  
Tekla Brokāne  
**Vījakas pilsētā**  
Lija Svistunova  
**Balvu pilsētā**  
Valerija Kveska  
Bronislava Posredņikova  
Domicella Pundure  
Lidija Jaudzema

**86 GADOS**  
**Tilžas pagastā**  
Skaidra Logina  
**Vecumu pagastā**  
Annele Kokoreviča  
**Balvu pilsētā**  
Stefanija Zaikovska  
**Pansionātā**  
Lucija Buža

**85 GADOS**  
**Rugāju pagastā**  
Elza Āboliņa  
**Šķilbēnu pagastā**  
Staņislavs Logins  
**Vījakas pilsētā**  
Antoņina Saveljeva  
**Balvu pilsētā**  
Nikolajs Vorobjovs

**Pansionātā**  
Faina Sapunova

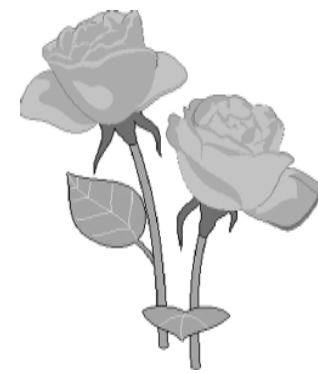
**84 GADOS**  
**Bērzpils pagastā**  
Valerijans Baranovskis  
**Tilžas pagastā**  
Emīlija Stikiņa  
**Vecumu pagastā**  
Bronislava Brokāne  
**Žiguru pagastā**  
Klaudija Bukovska  
**Vījakas pilsētā**  
Zinaida Kokoreviča  
**Balvu pilsētā**  
Eleonora Vitola  
**Pansionātā**  
Jurijs Trofimovs

**83 GADOS**  
**Baltinavas novadā**  
Valija Ločmele  
**Bērzpils pagastā**  
Genovefa Ikstena  
**Kubulu pagastā**  
Zinaida Kupriša  
**Rugāju pagastā**  
Palmīra Grigāne  
**Šķilbēnu pagastā**  
Anna Šakina  
**Vectilžas pagastā**  
Gaida Ziedone Markova  
**Vecumu pagastā**  
Bronislavs Dortāns  
Janīna Kokoreviča  
**Vījakas pilsētā**  
Anele Orlovska  
**Balvu pilsētā**  
Kornelija Lizinska  
Lidija Verjanova  
Emīlija Trupovnice  
Jevgenija Rumjanceva  
Lidija Cibule

**82 GADOS**  
**Baltinavas novadā**  
Bārbala Supe

**Balvu pagastā**  
Indra Kiukucāne  
**Kubulu pagastā**  
Nelliņa Pitkeviča  
**Lazdukalna pagastā**  
Valentīna Metene  
**Susāju pagastā**  
Juliāns Barkāns  
Anele Jeromāne  
Pēteris Smeilis  
**Šķilbēnu pagastā**  
Marija Supe  
**Tilžas pagastā**  
Valija Galvanovska  
Alīda Ločmele  
**Vectilžas pagastā**  
Marija Jermacāne  
**Žiguru pagastā**  
Voldemārs Baraņņikovs  
**Vījakas pilsētā**  
Nikolajs Barkovskis  
**Balvu pilsētā**  
Valentīna Porcijane  
Marija Vasiļjeva  
Nikolajs Lacs  
Ausma Pušpure  
Lidija Kravale  
Andrejs Bužs

**81 GADĀ**  
**Baltinavas novadā**  
Domicela Kaša  
Zenta Logina  
**Balvu pagastā**  
Anna Griestiņa  
Longins Miķelsons  
Leontīna Pužule  
Jevgenija Šilkina  
**Medņevas pagastā**  
Valentīna Babāne  
Antoņina Vancāne  
**Šķilbēnu pagastā**  
Genovefa Jurjāne  
**Vīksnas pagastā**  
Ivans Bērziņš  
**Vījakas pilsētā**  
Valentīna Bizjukova



Janīna Kupriša  
**Balvu pilsētā**  
Dārija Martinova  
Brigita Aleksejeva  
Lilija Ivanova  
Marta Grodņa

**80 GADOS**  
**Balvu pagastā**  
Palmīra Grīmiņa  
**Briežuciema pagastā**  
Veneranda Mežale  
Lucija Supe  
**Lazdulejas pagastā**  
Leontīna Bukša  
**Lazdukalna pagastā**  
Līvija Strupka  
**Medņevas pagastā**  
Regīna Logina  
**Rugāju pagastā**  
Anna Zelča  
**Šķilbēnu pagastā**  
Monika Keiša  
Antoņina Kuļša  
**Tilžas pagastā**  
Vladimirs Aleksandrovš  
Malvina Kapača  
**Vījakas pilsētā**  
Antons Strupka  
**Balvu pilsētā**  
Valentīna Orbe  
Maiga Kļaviņa

## Aktuāli

## Iekrīt krāpnieku tīklos

Līdz ar tehnoloģiju attīstību, pilnveidojas arī krāpšanas veidi, ko negodīgi cilvēki izmanto, lai piesavinātos svešu naudu. Uz paziņojumiem par milzīgajām naudas summām, ko it kā esat vinnējuši Google un citās loterijās, diez vai kāds vairs reaģē, taču dažkārt krāpnieku izdomātās shēmas ir tik smalki un pārdomāti izstrādātas, ka pat vispiesardzīgākie nav pasargāti no apkāpšanas. Tā šonedēļ gadījās arī biedrības "Balvu rajona partnerība" stratēģijas administratīvajai vadītājai Svetlanai Tomsonei.

## Izmanto cilvēku labo sirdi

Svetlana pastāstīja, ka pirmdien ap pusdienlaiku savā e-pastā ieraudzīja vēstuli it kā no elektroniskā pasta adreses "gmail.com", kuras tematā bija norādīts, ka tajā atrodams Svetlanas vēl neizlasīta korespondence. Kad bija saņēmusi divas šādas vēstules pēc kārtas, Svetlana nolēma vienu no tām atvērt, šo lēmumu tūlīt pat rūgti nožēlojot, jo, tiklīdz viņa to bija izdarījusi, visi adresāti, kam Svetlana jebkad bija sūtījusi kādu e-pastu, saņēma šādu vēstuli lauzītā latviešu valodā: "Es ceru, ka šī ziņa Jūs nesasnies par vēlu. Es biju Newcastle, Apvienotajā Karalistē, un savā uzturēšanās laikā mani dokumenti tika nozagti, tie atradās somā kopā ar manu pasi un kredītkartes. Vēstniecība ir gatava palīdzēt man nokļūt galamērķī lidojot bez pasas, man tikai ir jānopērk biļete un jānosēd uz turēšanās izmaksas. Man par neizpratni, nespēju piekļūt saviem kontiem bez kredītkartēm, sazinoties ar banku, viņiem esot nepieciešams vairāk laika lai sagādātu man jaunu bankas karti. Šajā neapskaužamajā situācijā es iedomājos pajautāt Jums ātro aizdevumu, kuru es varētu atgrieztu uzreiz, kad atgriezīšos. Man tik tiešām ir jābūt nākošajai lidojumā. Ja Jūs varētu atsūtīt naudu ar Western Union, tas būtu lieliski, jo tas būtu ātrākais veids kā saņemt šo naudas summu. Lūdzu, ja Jūs varētu nosūtīt man šo naudu ar Western Union, tas būtu viss piemērotāk, es domāju 20 minūtēs no izsūtīšanas brīža es saņemtu šo naudas summu. Es atvainojos par sagādātajām neērtībām. Es varu nosūtīt detalizētu informāciju, kā veikt pārskaitījumu. Es ceru saņemt īsu Jūsu atbildi.

Ar cieņu

Drīz vien Svetlana sāka saņemt zvanus no cilvēkiem, kuri bija gatavi palīdzēt.

## Labi pārdomāta shēma

Izrādās, krāpniecības shēma bija ļoti pārdomāta. "Tiklīdz atvēru vēstuli, mans e-pasts tika nobloķēts, izdzēsti visi kontakti un e-pasta vēstules. Tādēļ es nevarēju nevienam

nosūtīt ziņu paskaidrojot, ka tā ir krāpšana. Kad, izmantojot dažādus paņēmienus, tomēr izdevās atjaunot savu e-pasta adresi, visi, kuri saņēma manas vēstules, sadaļā "temats" ieraudzīja vārdu 'virus'. Krāpnieki bija rūpīgi izplānojuši, lai es nevarētu sazināties ar citiem." Bet meklējot, no kuras valsts notikusi piekļuve viņas e-pastam, izrādījās, ka tā ir Āfrikas valsts Gana.

S.Tomsonē pastāstīja, ka uz viltus palīdzības lūgumu atsaukušies ļoti daudzi cilvēki. Kāda sieviete pat atbildējusi krāpniekiem, un viņi atsūtījuši arī visus rekvizītus, kurus izmantojot, var nosūtīt naudu.

"Lai lūgtu padomu, kā rīkoties šādā gadījumā, sazinājos ar organizāciju, kas nodarbojas ar tehnoloģiju drošību. Tās mājaslapa ir www.cert.lv. Viņi šobrīd nodarbojas ar šo krāpnieku meklēšanu. Tur man teica, ka varu, protams, vērsties ar iesniegumu arī policijā, taču diez vai tā spēs man palīdzēt. Bēdīgi, ka krāpnieki izmanto cilvēku labestību tādā veidā. Tāpēc gribu brīdināt visus, kuri saņem līdzīgas vēstules, lai viņi tās neatver, kā arī atvainoties tiem, kuri manas neapdomības dēļ ir saņēmuši šīs krāpnieku vēstules," saka S.Tomsonē.

Arī Valsts policijas Sabiedrisko attiecību nodaļas vadītāja vietnieks Toms Sadovskis šādos gadījumos aicināja vērsties Informācijas tehnoloģiju drošības incidentu novēršanas institūcijā, kuras mājaslapa ir www.cert.lv. Atbildot uz jautājumu: "Vai krāpšanas upuris var vērsties ar iesniegumu policijā?" viņš uzsvēra, ka katrs gadījums jāvērtē atsevišķi. Viņš ieteica, pirms lietot internetu, rūpīgi iepazīties ar drošības pasākumiem, kā arī katram pašam izvērtēt, kam dod vai nedod savu naudu un kādos darījumos ielaisties vai nē.

## Uzziņai:

- "CERT.LV" - Informācijas tehnoloģiju drošības incidentu novēršanas institūcijas mājaslapa
- "CERT.LV" misija ir veicināt informācijas tehnoloģiju (IT) drošību Latvijā. "CERT.LV" darbojas Latvijas Republikas Aizsardzības ministrijas pakļautībā IT drošības likuma ietvaros.
- Galvenie "CERT.LV" uzdevumi ir uzturēt un aktualizēt informāciju par IT drošības apdraudējumiem, sniegt atbalstu IT drošības incidentu novēršanā, sniegt atbalstu valsts institūcijām IT drošības jomā, organizēt informatīvus un izglītojošus pasākumus gan valsts iestāžu darbiniekiem, gan IT drošības profesionāļiem un citiem interesentiem.

**P.S.** Plašu rakstu par šādiem un līdzīgiem krāpšanas gadījumiem varat izlasīt arī žurnāla "Ieva" šī gada 3. decembra numurā.

## Probācijas dienestā

## Saliedē kolektīvu

Kopš 2009. gada Valsts probācijas dienests ik gadu organizē uz sabiedrības informēšanu vērstu pasākumu "Izliguma nedēļa". Šogad pasākums "Izliguma nedēļa" ir mainījis savu formātu, pirmo reizi pārtopot aktivitātēs tieši probācijas dienesta darbiniekiem taisnīguma atjaunošanas principu iedzīvināšanai darba vidē. Pirmdien Valsts probācijas dienesta Balvu un Alūksnes teritoriālo struktūrvienību darbinieki tikās Alūksnē, lai kopīgi apspriestu atmosfēru savos darba kolektīvos.

Kopš 2005. gada Valsts Probācijas dienests organizē un vada izlīgumus starp cietušo un likumpārkāpēju ar starpnieka palīdzību. Izlīguma pamatā ir taisnīguma atjaunošanas pieeja. Izlīguma procesā iesaista visus, kas ietekmēti noziedzīgā nodarījuma rezultātā, savukārt likumpārkāpējs uzņemas atbildību par nodarījuma sekām, lai mazinātu radīto kaitējumu cietušajam.

Šogad Probācijas dienestā taisnīguma atjaunošanas pieejas aplūkoja no cita skatu punkta - saistībā ar pašu probācijas darbinieku darba vides uzlabošanu. Pasākuma mērķis bija panākt, lai darbinieki kļūst apmierinātāki un līdz ar to veic savu darbu veiksmīgāk. Šajā nolūkā no 1. līdz 9. decembrim 18 probācijas dienesta struktūrvienību kolektīvi radoši un izzinoši pavadīja vienu dienu kopā, meklējot atbildes uz jautājumiem: kā darbojas taisnīguma atjaunošanas pieejas darba vidē, kas ir veselīgas darba vides kultūras pamatā un kāda darba vide saliedē kolektīvu, lai ikviens justos nozīmīgs.

Savukārt šajā dienā izgatavoto radošo darbu rezultāti būs apskatāmi Valsts probācijas dienesta konferenču zālē līdz 2015. gada 2. aprīlim.

Piekdien VPD Balvu teritoriālās struktūrvienības darbinieki devās ciemos pie saviem kolēģiem Alūksnē, lai brīvā atmosfērā runātu par veselīgu darba vidi, kā arī taisnīguma atjaunošanu. "Pārspriedām, kā veidojas darba vide kolektīvā. Atbildējām uz jautājumiem: kāda šobrīd ir vide darba kolektīvā, kādā darba vidē mēs vēlētos strādāt turpmāk un kā panāksim veselīgas darba vides uzturēšanu," pastāstīja Valsts probācijas dienesta Balvu struktūrvienības vecākā referente Rita Bukša, kura šajā iestādē strādā jau kopš 2005. gada. Savukārt savu radošumu balvenieši kopā ar Alūksnes kolēģiem demonstrēja, kopīgi uzmeistarotot raibu šalli no iepriekš pašu noadītiem gabaliņiem. "Tāpat kā šī šalle, ko vedīsim uz Rīgu, uz galveno pārvaldi, arī mūsu ikdienu ir dažāda. Kā jebkurā darba kolektīvā, arī mums dažkārt rodas konflikti, kas jārisina. Protams, gribētos darboties bez saasinājumiem, bet, ja kopā strādā vairāk nekā viens cilvēks, konflikti ir neizbēgami," uzskata R. Bukša. Viņa ir pārliecināta, ka ar kolēģiem, lai cik dažādi viņi būtu, jāmeklē sastrādāties, jo psiholoģiski smagajā darbā ļoti svarīgs ir kolēģu atbalsts. "Sarežģītākas darba situācijas nereti pārrunājam ar darbabiedriem, kuri bieži vien iesaka citādāku pieeju darbā ar klientu. Biedriskumu veicina arī kolektīva saliedēšanās pasākumi. Pērn piedalījāmies šādā pasākumā, kas notika Staburaga pagastā," pastāstīja R. Bukša.

## Re, kā!

## Kāpēc labiekārto, bet pēc tam nekopj?



Foto - A.Kirsanovs

Bolupes krastā, netālu no laukuma, kurā jau daudzus gadus vasarās rīko motociklu saietus, atrodas vieta, ko 2009. gadā sakārtoja ar projekta "Uz ūdens resursiem balstītā kopējā tūrisma piedāvājuma radīšana Latgales reģionā un Utenas apriņķī" palīdzību, ko līdzfinansēja Latvijas - Lietuvas programma. Projektu realizēja Latgales plānošanas reģiona un Latgales reģiona attīstības aģentūra un Utenas apriņķa vadītāja administrācija sadarbībā ar vietējo pašvaldību, kura nodrošināja līdzfinansējumu. Laukumā uzstādīja koka soliņus atpūtai, uzbūvēja glītu tiltiņu pāri Pelnupītei, kas ietek Bolupē, un izcirta krūmus. Diemžēl šobrīd par šīs krūmiem aizaugušās vietas sakārtošanu pirms 5 gadiem liecina vairs tikai lepns reklāmas plakāts ar projekta nosaukumu. Šī situācija satrauc arī balvenieti, zvērinātu notāri Inesi Bušu. Viņa uzskata, ka nav pareizi realizēt šādus projektus, ieguldot tajā nodokļu maksātāju naudu, lai pēc tam sakopto teritoriju aizlaistu postā: "Kādas summas tur tika ieguldītas?! Krūmi izgriezti, soli sataisīti, tiltiņš uzbūvēts. Tagad aizbrauciet un paskatieties, kas tur notiek - solu vairs nav, tiltiņš salauzts, viss aizaudzis. Kāpēc tas bija vajadzīgs, ja tālāk to vietu nekopj?" Viņa ir pārliecināta, ka pašvaldība varēja sakopt šo teritoriju kaut vai ar sabiedrisko darbu darītāju palīdzību, un ir neizpratnē, kāpēc tas netiek darīts.

Sazinoties ar Balvu novada pašvaldību, noskaidrojām, ka Balvu pilsēta tiešām bija partneris 2008. gadā parakstītajam sadarbības līgumam ar Latgales reģionālās attīstības aģentūru par šī projekta realizāciju. Šī vieta labiekārtota un tiltiņš pār Pelnupīti uzstādīts apjomīga projekta ietvaros, kura laikā labiekārtoja muižas parku, iztīrīja ezera krastus, ierīkoja laivu piestātņi, ierīkoja ugunsкура vietas ezera krastā, uzstādīja divus pontonus Balvu ezerā, uzstādīja soliņus un veica vairākus citus labiekārtošanas darbus. Balvu novada pašvaldības Attīstības un plānošanas nodaļas plānotāja Imanta Serdāne pieļauj, ka vieta pie Pelnupītes laika gaitā, iespējams, piemirsta, jo atrodas nomaļus, taču solīja, ka nākamvasar tās sakārtošanai naudu iedalīs un tiltu atjaunos, piebilstot: "Viss atkarīgs no budžetā pieejamajiem līdzekļiem."



Foto - A.Kirsanovs

**Vandāju veikums.** Šāds skats paveras, šķērsojot tiltiņu pār Pelnupīti netālu no ietekas Bolupē. Vairākās vietās izlauztās tilta margas liecina, ka dažu mūsu sabiedrības locekļu intelekts joprojām nav augstāks kā neandertāliešiem.

## Pārdod

Z/s "Užgava" pārdod pārtikas, lopbarības kartupeļus, galda bietes, burkānus, graudus. Tālr. 29432655.

Piegādā kartupeļus, burkānus, cukurbietes, graudus. Lopbarībai. Tālr. 25442582.

Sestdien, 13.decembrī, lauku labumu tirdziņā būs pārdošanā hūtes, beretes, kazu vilnas zeķes un dzija.

**Pārdod jaunu lauksaimniecības tehniku no Polijas. Lazdukalna pag., Liepari. Tālr. 29415305.**

Meža ziedu medus Katlešos. Tālr. 26405966.

Pārdod 3-istabu dzīvokli 1. stāvā. Tālr. 26614650.

Īpašnieks pārdod zemi. Kopējā platība 12 ha (mežs-5,33 ha, griežams -1,8 ha), divi zivju dīķi. Pārējā platība ir lauksaimniecībā izmantojamā zeme. Robeža ar Rikas upi. Īpašums atrodas Rekovā, asfaltēts piebraucamais ceļš, ūdensvads, elektrība. Tālr. 26065691, 28319201.

**Pārdod lauku viensētu Viksnas pagastā, Dampadruvās. Zemes kopējā platība ir 14,8 ha, no kuriem 8,1 ha ir meža jaunaudzes, pārējā ir lauksaimniecības zeme. Uz zemes ir dzīvojamā māja, šķūnis, kā arī dārza nojume. Piedāvājam iespēju iegādāties uz nomaksu. Tālr. 22028248.**

Pārdod māju Balvos, Baznīcas ielā 30. Tālr. 22169572.

Pārdod mikrouzņēmumu "Balvu Radio". Tālr. 29105023.

**Pārdod apbūves gabalu Balvos, Skolas ielā 70, platība 2149 m<sup>2</sup>, par cenu vienosimies. Piedāvājam iegādāties uz nomaksu. Tālr. 22028248.**

Pārdod nestandarta koka logus. Tālr. 26493759.

Pārdod malku. Tālr. 29121306.

Pārdod skaldītu malku ar piegādi. Tālr. 25261131.

Pārdod skaldītu, sakrautu malku, klučus. Arī sausu. Tālr. 25442582.

Pārdod VW Caravella, 2,4 D, 1991.g., EUR 1200. Tālr. 25354930.

Pārdod Ford KA, 1,3, benzīns, 1997.g., TA 24.11.2015. Tālr. 26195417.

Pārdod Nūfaundlenda kucēnus. Cena pēc vienošanās. Tālr. 28628607.

Pārdod nobarotas cūkas. Tālr. 26559632.


Pārdod jēra un jaunlopa gaļu. Tālr. 26174893.


Pārdod traktoru T-40 A. Tālr. 29343124.

Pārdod kažoku. Tālr. 28628241.

Pārdod garāžu Steķentavā (aiz Lukoil). Tālr. 29349799.

## Sludinājumi

 Katram pasūtījumam neliela, svētku galdū papildinoša **DĀVANA** un piegāde mājās bez maksas  
Tālr. 26471205, [www.kunturi.lv](http://www.kunturi.lv)



Kas Ziemassvētkus pie bagātīgi klāta galda grib svētīt, tie zvana - 26471205 - un cūkgaļu cepetim pasūta jau tagad! (Kas negrib cept, var pasūtīt jau izceptu... ☺)



TREILERA PAKALPOJUMI, kravas svars līdz 10 tonnām. Cena no 0,70 EUR/km. Tālr. 26549051.

**Mēbeļu salonā "Kristīne"**  
Balvos, Partizānu ielā 3 (bijušajā gāzes kantorī) **pēdējā veikala Ziemassvētku noliktavu tīrīšana.**  
**Līdz 31.decembrim!**  
Visām mēbeļem atlaide 30%, 50% 70%.

**LAFIKO.LV**  
**AIZDEVUMI PENSIONĀRIEM**  
Patīkamas Ziemassvētku atlaides!  
Balvos, Partizānu 14  
Otrdienās, ceturtdienās, piektdienās  
T. 64521873, 26402362.



**Mēbeļu salonā "JUTA"**  
Brīvības ielā 63/65, Balvos (t/c LABAIS 2.-3.stāvā)

## Pirmssvētku izpārdošana

**Visām precēm ZIEMASSVĒTKU ATLAIDES!**

Priecīgus Ziemassvētkus un laimīgo Jauno gadu!!!  
NEPALAID GARĀM IESPĒJU IEGĀDĀTIES MĒBELES!  
**Veiksmīgus pirkumus!!!**  
Tālr. 64521461, 22043787. [www.jutamebeles.lv](http://www.jutamebeles.lv)



## Dažādi

**PĀRDOD AKMEŅOGLES -**  
40kg maiss - EUR 7,20  
**KŪDRAS BRIKETES**  
25kg maiss - EUR 4,20  
(Visas cenas bez PVN). Piegāde.  
**Kubuli, Kalna 9.**  
**Tālr. 28696738, 26291938.**

Autoskola "Delta 9V" Balvos, Ezera 3a, uzsāk kursantu uzņemšanu **B kategorijas kursiem.**  
**Ziemassvētku atlaides - 50%.**  
Braukšanas apmācība ar **Golf 6.**  
Tālr. 29208179.

Domā par Ziemassvētku dāvanām?  
Aplūko šo!  
[www.bonas.mozello.lv](http://www.bonas.mozello.lv) (SPA masāžas un procedūras).  
Tālr. 26158302.

VĪZAS. Ceļojumi pa visu pasauli.  
I.K. Molena, Bērzpils 44-16.

Aizdevums pret nekustamo īpašumu. Draudzīgas procentu likmes. Ātra dokumentu noformēšana. Tālr. 20292829.

**"Ardeks" veikalā Balvos, Brīvības 55 (t.c. "Planēta"), piedāvājumā svaiga gaļa, kūpināti, vārīti gaļas izstrādājumi. Akcijas katru mēnesi!**

SIA "LATVIJAS GAĻA" **iepērk ģellopus, jaunlopus, aitas, zirgus.** Samaksa tūlītēja. Svarī. Tālr. 28761515.

## Pērk bērza finierklučus

- mežā pie ceļa

Ø 18 < cena 60-120 eiro

**Balvu koklaurumā**

Ø 18-21 60 eiro

Ø 22-25 65 eiro

Ø 26 < 76 eiro

A klase 120 eiro

Tālr. 29396200  
[www.privatbuve.lv](http://www.privatbuve.lv)

## Apsveikumi

• Vēl ilgus gadus stipram būt,  
• Daudz prieka vēl no dzīves gūt.  
• Un sauli sirdī saglabāt,  
• Un dzīvi mīlēt nepārstāt.

Vissirsnīgākie sveicieni **Aigaram Brezinskim** skaistajā dzīves 50 gadu jubilejā! Vēlam: dzīvei - smaidu, darbam - spēku, visam mūžam - veselību.  
Jolanta, Inese, Daiga, Alina, Daniels, Gabriels, Alekssis, Dainis

• Pa gaišām staram, pa siltai liesmai,  
• Pa mīlam vārdam, pa mīlam smaidam,  
• Pa baltai stundai -  
• Tā katru dienu!

**Dzintriņa!** Mīļi sveicam skaistajos svētkos!

Regina, Viktors

• Lai dienas gaiši rit kā oļi,  
• Sudrabaini ceļi skan.  
• Lai ceļā viegli raisās soļi  
• Un sapņi saldus ziedos san.

Mīļi sveicam **Annu Bitaini** skaistajā dzīves jubilejā!

Novēlam - no saules ziedus, no zemes - spēku un veselību, no tuviniekiem - mīlestību.

Janina, Jānis, Inita

• Daudzas vasaras un ziemas  
• Roku rokā darbos iets.  
• Kādreiz zilos novakaros  
• Arī dziedāts, runāts, smiets.

Sirsniņi sveicam **Antoņinu Kuļšu** 80 gadu jubilejā!

Vēlam labu veselību, prieku sirdī, siltumu dvēselē,  
dzīvesprieku un visu to labāko.

Bijušais Svičevas fermas kolektīvs un Stefānija

## Dažādi

**Vēl tikai 7 dienas redakcijā var abonēt "Zaduguni" 2015. gadam**

Pastāvīgi pārvadā mājlopus (specpiekabe). Tālr. 29230080.

Dāvina skaistus, mīļus kaķēnus. Tālr. 29252396.

Apģērbu, paklāju tīrīšana. Tālr. 29383776.

Dāvina jaunas kucītes, labi gani. Tālr. 26391505.

**Jauns pievedums atjaunotiem un jauniem zelta izstrādājumiem.**

Pievilcīgas cenas.

**Pārdošanā** plašā sortimentā mazlietoti mobilie telefoni un citas preces. Balvos, Bērzpils ielā 14. Tālr. 20292829.









Dāvina kucēnus Viļakā, Dārzu 24. Tālr. 28685911.

10.decembrī autobusā, maršrutā Pansionāts - Balvi, atrasts Jāņa Kalniņa maks ar dokumentiem. Balvu pamatskolas sporta laukuma teritorijā atrasta VW mašīnas atslēga.

Tirgus ielas 1.mājas un Bērzpils ielas pagalmā, pie malkas šķūniņiem, atrastas atslēgas ar piekariņu 55. Interesēties redakcijā.

### Nakts

### Diena

S 13.12	 Apmācies, sniegs	0	 Apmācies	+4
Sv 14.12	 Apmācies, neliels lietus	+2	 Apmācies	+2
P 15.12	 Apmācies, neliels sniegs	0	 Apmācies	-1
O 16.12	 Apmācies, neliels sniegs	0	 Apmācies, neliels sniegs	+1

## Pērk

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

**SIA Baltic Calves** par īpašām cenām iepērk bioloģiski audzētus liellopus.  
Tālr. 26600763, 26673792.

**SIA RENEM P** iepērk jaunlopus, liellopus, aitas, cūkas.  
**ELEKTRONISKIE SVARI.**  
Tālr. 65329997, 29485520, 29996309, 26373728, 26393921

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

**SIA "ĀIBI" pērk liellopus, jaunlopus, aitas, zirgus, cūkas.**  
Labas cenas! Samaksa tūlītēja.  
Tālr. 26142514, 20238990.

**SIA "Aļi AS" IEPĒRK ZĀGBALĶUS EUR/m<sup>3</sup>**

Diam./Garums	Ēgle	
14-17	4.9: 5.5: 6.1	3.7: 4.3
18-24	55	55
25<	72	68

Diam./Garums	Priēde	
14-17	4.9: 5.5: 6.1	3.7: 4.3
18-24	55	55
25<	70	68

Piegādes vieta: **Varakļāni**  
Ir transports!  
**SAMAKSA 1DIENAS LAIKĀ!**  
T. 64866070, 29806775, 25916403.

Balvos! Pērk mežus, cirsmaš (retināšanas). Tālr. 29100239.

SIA "Sendija" pērk LAPKOKU, SKUJKOKU TARU, MALKU, PĀPĪRMALKU. Cirsmaš īpašumā.  
Tālr. 29495199.

Pērk mežus ar zemi, var būt ar apgrūtinājumiem. Tālr. 29433000.

**SIA "Senlejas" pērk liellopus, teļus, jērus. Samaksa tūlītēja.**  
Tālr. 26604491, 26319888, 65033720.

Pērk zarus kaudzēs pie ceļa un nomaļus zāģētāvās.  
Tālr. 29199067.

Pērk salmus rulonos ar piegādi.  
Tālr. 29268718.

Pērk atsperratu divloku atsperes, pārdod grūnu teli (ŠA krustojums).  
Tālr. 26556076.

Pērk 3-fāzu līdzstrāvas metināmo generatoru. Var ar defektiem.  
Tālr. 29445889.

Pērk bojātus elektromotorus.  
Tālr. 25602554.

Pērk riepu 365/80R20.  
Tālr. 26399485.

Pērk privatizētu 1-istabas dzīvokli Balvos. Tālr. 26122287.

Pērk trušu ādiņas. Tālr. 29383776.

## Līdzjūtības

*Paņem līdz saules glāstu,  
Ko tev draugu rokas liek.  
Lai tev, smilšu klēpi dusot,  
Mazu brīdi siltāk tiek.*  
Lai mūsu klusa līdzjūtība meitas **Sarmītes ģimenei, māsaī Palmīrai.**  
Inta, Zina, Aija, Viktors, Irēna, Marina, Malvīne, Jāzeps Š., Juris S., Ilmārs, Suharževskis, Kubuliņi

*Jau saule riet un atvadās no dienas,  
Sirds pretī klusumam un dusai iet.  
To melno sāpi vārdos neizstāstīt,  
To bēdu nepacelt, kas smagi spiež.*  
Izsakām visdziļāko līdzjūtību **Skaidrītei Loginai, tēvu IMANTU BERĶI** mūžības ceļā pavadot.  
Anita, Māriete, Lidija, Juris

*Dusi saldi, mīļo tētiņ,  
Mūža miegs lai tev ir salds.  
Auklēs tevi rasas rīti,  
Ziedi klās un sniedzīnš balts.*  
Kad pie **IMANTA BERĶA** kapa skan pēdējie atvadu vārdi, izsakām patiesu līdzjūtību meitai **Skaidrītei Loginai un visiem piederīgajiem.** Lazdulejas pagasta pārvaldes kolektīvs

*Kas smagāks vēl var būt,  
Pa dzīves taku ejot,  
Kā atdot zemei to,  
Kas sirdij tuvs un dārgs...*  
(I.Lasmanis)  
Lai mana klusa un patiesa līdzjūtība **Annas Apines ģimenei, MEITU mūžības ceļā pavadot.** Bernadeta Venere

*Kad vakaram tavam neaust vairs rīts,  
Kad dzīves gājiens tev izevanīts,  
Tad dvēsele brīva mūžībā iet,  
Kur saule nekad vairs nenoriet.*  
Skumju un atvadu brīdī mūsu klusa un patiesa līdzjūtība **sievai Ārijai Berķei, meitām Dženijai, Skaidrītei, mazbērniem,** pavadot **VĪRU, TĒVU, VECTĒVU** kapu kalniņā.  
Juris, Māriete Buligas

*Mūsu laiks ir tik īss  
Mūžu vēji šalc apkārt un pāri.  
Kas gan zina to brīdī,  
Kad atskanēs likteņa balss?*  
(J.Sirmbārdis)  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Ilgai Duļbinskai,** pavadot **BRĀLI** kapu kalniņā.  
Anna, Staņislavs, Marjans, Sintija, Mārtiņš

*Plauka dzīve ar domām un jūtām.  
Darbiem, kuros sirdij bij degt.  
Nāca negaidīts brīdis - visgrūtākais  
Smilšu palagiem jaunību segt.*  
Kad pēkšņi zaudējuma skaudrums iedzēļ dziļi sirdī, mūsu klusa un patiesa līdzjūtība **Sarmītei Saleniecei un piederīgajiem,** tuvu cilvēku - **RAIVI OZOLIŅU** - pēkšņi zaudējot.  
Puško un Peismaņu ģimenes

*Tāds divains klusums šodien priedēs,  
Tur dzenis serdei laukā sāpi kaļ...  
Bet brūci sirdī putnēns nesadziedēs,  
Nav spēka dzīvību griezt atpakaļ.*  
(A.Vējāns)  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Sarmītei,** zaudējot **MĪĻOTO CILVĒKU.** RNV pirmsskolas kolektīvs un virtuves kolektīvs

*Mani mīļie, es pie jums vēl būšu  
Sniega pārslā, čukstā, rasas lāsē,  
Saulē, vējos, dziesmā, jūsu mūžos..  
Dzīve beidzas, mīlestība - nē.*  
Kad ziemas klusumā izskan atvadu vārdi **RAIVIM OZOLIŅAM,** izsakām visdziļāko līdzjūtību **Sarmītei Saleniecei un tuviniekiem,** pārāgrī zaudējot tuvu cilvēku.  
Margita, Sandis, Lāsma, Olesja, Evita, Inita, Viola, Dace

*Lūgšim svecēm rādīt gaismu,  
Skumjām taku izrotāt,  
Dosim līdz smilšu sauju,  
Ziedus mūža gājumam.*  
Šajā sāpju un skumju brīdī klusi mierinājuma vārdi un patiesa līdzjūtība **Sarmītei Saleniecei,** vīru **RAIVI** mūžības ceļā pavadot.  
Aigars, Jolanta, Daiga un Inese ar ģimenēm

*Kas smagāks vēl var būt,  
Pa dzīves taku ejot,  
Kā atdot zemei to,  
Kas sirdij tuvs un dārgs...*  
(I.Lasmanis)  
Izsakām dziļu līdzjūtību **Sarmītei Saleniecei, DZĪVESDRAUGU** mūžības ceļā pavadot.  
Rugāju vidusskolas klasesbiedri

*Mūža vakars krēslas spārnīem  
Tumsu auž un zvaigznes dedz.  
Un pār gadiem aizgājušiem  
Lielais miers tad sagšu sedz.*  
Mūsu klusa līdzjūtība **Svetlanai un tuviniekiem,** vectēvu, vecvecvecēvu, vecvecvecēvu **NIKOLAJU** mūžībā pavadot.  
Kaimiņi: Pinteļi, Vaickovski, Keiseļi, Sekači

*Tu aizej prom pa baltu ziemas ceļu.  
Uz mūžību! šalc egle, priēde, bērzs.  
Un kādas mīļas, tuvas mājas durvis  
Nekad vairs tavas rokas neatvērs.*  
(N.Dzirkale)  
Skumju brīdī esam kopā ar **Jums, Mariju, Ina, Vera, Anatolij, un pārējiem tuviniekiem,** pavadot **PĒTERI TRAHNOVU** mūžības ceļā.  
Valija, Paulis

*Ņem no mums tās gaišās stundas,  
Kurās ilgi kopā būts.  
Lai tev dzimtās zemes vēji  
Siltu miega dziesmu dzied.*  
Kad mūžības ceļā devusies mūsu ansambļa ilggadējā dziedātāja **ANTONIJA OSTROVSKA,** skumstam kopā ar **piederīgajiem.** Benislavas etnogrāfiskais ansamblis un vadītāja, Lucija Masa, Valentīna Metene

*Kas smagāks vēl var būt,  
Pa dzīves taku ejot,  
Kā atdot zemei to,  
Kas sirdij tuvs un dārgs...*  
(I.Lasmanis)  
Kad rūgti smaržo egles zars un sirdī ir skumji, izsakām patiesu līdzjūtību **sievai Lonijai un meitai Inesei,** dārgo cilvēku **JĀNI KAMŠU** mūžībā pavadot.  
Aleksandroviču, Melbergu ģimenes

*Jau saule riet un atvadās no dienas,  
Sirds pretī klusumam un dusai iet.  
To melno sāpi vārdos neizstāstīt,  
To bēdu nepacelt, kas smagi spiež.*  
Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība **sievai Lonijai un meitai Inesei,** mīļo vīru, tēti **JĀNI KAMŠU** mūžības ceļā pavadot.  
Baznīcas ielas 14.mājas 3.ievejas iedzīvotāji

*Nekad tev darba nebija par daudz -  
Tu tajā degi, citus sasīdot,  
Nu tava uguns aizdegs jaunas  
audzes,*  
*Kas galvas noliec, tevi pieminot.*  
Kad mūžības ceļā jāpavada mūsu bijušais kolēģis - ārsts **JĀNIS KAMŠS,** mūsu visdziļākā līdzjūtība **sievai Lonijai un tuviniekiem.** SIA "Balvu un Gulbenes slimnīcu apvienība" kolektīvs

*Tik viena zvaigzne nodzīsusi,  
Bet melnās sāpēs zeme tumst...*  
(V.Krile)  
Kad sirdī un acīs sakrīt asaru migla, izsakām patiesu līdzjūtību **Lonijai, Inesei un pārējiem piederīgajiem, vīru, tēvu** mūžības ceļā pavadot.  
Vēsma, Māriete

*Es aizeju un tomēr palieku -  
Gan baltajā saulē, gan zilajā jūrā,  
Gan šalcošā vējā - es esmu pie jums.*  
(Ā.Elksne)  
Lai mūsu klusa un patiesa līdzjūtība palīdz pārvarēt sāpju smagumu **Lonijai un Inesei,** vīru, tēvu **JĀNI AGRI KAMŠU** mūžības ceļā pavadot.  
Loginu, Buglovu, Pošeiku ģimenes

*Krustu krustām zemes ceļi,  
Tavs celiņš izstaigāts.  
Dod, Dieviņ, dvēselei  
Vieglu ceļu viņšaulē.*  
(K.Skalbe)  
Lai mūsu klusa un patiesa līdzjūtība ir atbalsts **Teiv, Palmīrai,** un dod spēku, mieru, izturību, brāli **JĀZEPU ŠADURSKI** mūžības ceļā pavadot.  
Anita, Benita, Nellija, Ināra, Inta, Ludmila

*Ir sāpes, ko nevar dalīt uz pusēm,  
Nav tādu vārdu, kas mierināt spētu...*  
Nostājas blakus jums draugi un klusē  
Kaut vai tā, lai jums palīdzētu.  
Patiesa līdzjūtība **Irēnai un tuviniekiem, VIKTORU ŠNITKINU** mūžībā pavadot.  
Romāni Krišjāņos

*Laikam tu pārāk ātri  
Pa dzīves vasaru skrēji,  
Ka tev ziemas pasaku  
Sadzirdēt nebija ļauts.*  
Izsakām visdziļāko līdzjūtību **Aijas ģimenei un tuviniekiem,** no vīra **VALDA LOGINA** pārāgrī atvadoties.  
Kamzolu ģimene Priēzulejā

*Nav tādu vārdu, ar ko izsmelt bēdas  
No sirdīm, kas sāpēm pielijušas.  
Dod spēku Aijai un meitiņām  
Izturēt likteņa triecienu - VĪRA un TĒVA* aiziešanu mūžībā.  
Krustmāte

*Paliek neatbildēti kāpēc.  
Paliek neizsāpētas sāpes,  
Paliek nedzesējamās slāpes.  
Paliek - ak, kāpēc?*  
Negaidītajā sāpju brīdī izsakām visdziļāko līdzjūtību **Valda Logina tuviniekiem, DĒLU, BRĀLI, VĪRU** pēkšņi zaudējot.  
SIA "Kira" valde

*Kur vārdus var rast, kas būtu mierinājums,  
Kad cilvēks zemes klēpi dusēt steidz,  
Kad negaidot ir pārrauts mūža gājums  
Un ardievas tik daudz kam jāpateic.  
Kad ziemas vēji pūš skumju atvadu dziesmu, dalām bēdas ar tuviniekiem, GUNĀRU TUTIŅU* mūžībā pavadot.  
Gunāra klasesbiedri

*Raud... Balta svece raud.  
Istabā viens stūrītis kluss.  
Nav vairs manu soļu,  
Apklususi mana balss.*  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Daigai Tutīnai,** mīļo TĒTI mūžības ceļā pavadot.  
Viļakas Valsts ģimnāzijas klasesbiedri

*Tāds divains klusums šodien priedēs,  
Tur dzenis serdei laukā sāpi kaļ...  
Bet brūci sirdī putnēns nesadziedēs,  
Nav spēka dzīvību griezt atpakaļ.*  
(A.Vējāns)  
Un tā mēs aizejam - pēkšņi un pavisam, bez ceļa atpakaļ, smilts klājas pāri visam. Izsakām patiesu līdzjūtību **Inārai Tutīnai un piederīgajiem,** vīru **GUNĀRU** pēkšņi zaudējot.  
Viļakas poliklīnikas kolektīvs

*Kur paliec tu - kas to lai zina?  
Šis noslēpums nav atminēts,  
Jo aiziešanas noslēpumu lielo  
Tik dziļi apņēm klusums svēts.*  
**Ilgā,** esam kopā ar Tevi, mīļo **BRĀLI** mūžībā aizvadot.  
Lūda un Ērika ar ģimenēm

*Un tā tu aizgāji,  
Tā pēkšņi un pavisam.  
Bez ceļa atpakaļ.  
Smiltis klājas pāri visam.*  
(Z.Purvs)  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Ilgai Duļbinskai un tuviniekiem,** brāli **ULDI** mūžībā pavadot.  
SIA "Viļakas namsaimnieks"

*Cik grūti noticēt, ka nekad vairs dzīvē,  
Mums neiznāks ar tevi parunāt,  
Un tavu smaidu - vienkāršu un siltu,  
Mums vajadzēs tik sirdī saglabāt.*  
(I.Mežnora)  
Kad pāri aplukušai dzīves takai klājas smilšu un ziedu sega, mūsu klusa un patiesa līdzjūtība **tuviniekiem, ULDI MĀLKALNU** mūžībā pavadot.  
Klasesbiedri

*Vairs tikšanās gaišuma nebūs,  
Ir atdots un paņemts it viss...*  
Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība **Ilgai Duļbinskai un Valentīnai Mālkalnei, pārējiem tuviniekiem,** brāli, vīru **ULDI** mūžībā aizvadot.  
Toņa, Reģina

## Pateicība

**P**aldies dakterei Ilgai Zušai, māsīņam Verai un Ilonai, dakterim Vladimiram Sorokinam un ķirurģijas nodaļas kolektīvam, Ilzei un Aijai, prāvestam Oļģertam Misjūnam, firmai "Ritums", Lazdūkai kafejnīcas saimniekiem un pavāriem.  
Paldies darbabiedriem, kaimiņiem, draugiem, visiem, visiem par lūgšanām un labām domām, par līdzjūtības vārdiem, pavadot mūsu mammu **Leontinu Svēli** mūžības ceļos.  
PATEICĪBĀ - MEITAS AR ĢIMENEM, DĒLS AR ĢIMENI, MAZBĒRNI



Saule nenodzisa,  
Palika arī pasaule visa,  
Tikai cilvēks gāja,  
Projām gāja uz mūža mājām.

(D.Avotiņa)

Ziemeļaustrumu reģiona  
arodorganizācija izsaka dziļu  
līdzjūtību **Šņitkinu ģimenei**,  
kad mūžības ceļā jāpavada  
**VIKTORS**.

Tu gribēji daudz ko vēl darīt,  
Būt kopā ar mums,  
Bet pēkšņi pārtrūka stīga  
Un tevis vairs nav.  
Mēs vējā tevi jutīsim  
Un saules starā manīsim.  
Lai mūsu klusa un patiesa līdzjūtība  
**Tev, Irēna, un tuviniekiem** palīdz  
pārvarēt sāpju smagumu, kad mūža  
mierā pavadīts vīrs **VIKTORS**  
**ŠŅITKINS**.

Iveta un Aigars Sisojevi, Ina, Guntis

Pārtrūka dzīvības stīga,  
Apklusā vārdi un balss.  
Nakts iestājās bezgalīga -  
Raudāja mākonis palss.

(L.Sāgameža-Nāgele)

Izsakām visdziļāko līdzjūtību  
**tuviniekiem, VIKTORU ŠŅITKINU**  
mūžībā pavadot.  
Alūksnes elektrotīkla kolektīvs

Gribēju celties, vēl iet -  
Žēl! Jau saulīte riet.

Izsakām visdziļāko līdzjūtību  
**Šņitkinu ģimenei un pārējiem**  
**tuviniekiem, VIKTORU ŠŅITKINU**  
guldot Zemes mātes klēpī.  
Lemešonoki, Medvedeva

Tuvs cilvēks neaiziet,  
Viņš tikai pārstāj līdzās būt.  
Viņš paliek dziļi, dziļi sirdī  
Par avotu, kur mūžam spēku smelt.  
Skumju brīdī izsakām patiesu  
līdzjūtību **Irēnai Šņitkinai, VĪRU**  
mūžībā pavadot.  
Utjaganovu ģimene

Par nāvi stiprāka ir visu dzīvo mila,  
Kas tevi tumšā naktī pavadīs.  
Izsakām patiesu līdzjūtību  
**skolotājai Irēnai Šņitkinai**, pāragri  
vīru **VIKTORU ŠŅITKINU** zaudējot.  
Mežalu, Sērmūkšu ģimenes

Laika pulkstenis nozvanīja,  
Apstājas viss klusumam blakus...  
Mīlestība, darbs, sacītais vārds,  
Bet bezgala kluss - kā mūža  
nogurums.  
Vissiltākie mierinājuma un līdzjūtības  
vārdi **Irēnai Šņitkinai, VĪRU** mūžībā  
pavadot.  
Kolēģes: Elita L., Nora, Iluta

Un sāpes dvēselē kā melni pelni  
snieg,

Un smagas sakrājas, bet  
aprakdamas sagrūst.  
Tik mēmi lūpas kļiedz:  
par agru, ai, par agru!

Skumju brīdī, atvadoties no  
**DZĪVESBIEDRA**, esam kopā ar  
**Irēnas Šņitkinas ģimeni**.  
Irēnas studiju biedri: Guna, Ļena,  
Sveta, Anatolijs, Arnis

Tavi darbi citās mājās dzīvos,  
Tava labsirdība tajos degs.  
Tevi pašu dzimtās puses zeme  
Silti, silti koku saknēm segs.  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Irēnai un**  
**tuviniekiem**, pavadot vīru, tēvu  
**VIKTORU ŠŅITKINU** kapu kalniņā.  
P/A "San-TeX" māju vecākie

Vēl bija jādzīvo,  
Vēl jāskata bij' daudz dienu

spožums

Un klusās naktīs sapņiem jāļaujas  
Vēl daudz bij' ņemams, dodams,  
mijams,  
Bet stunda nolikta bij' dvēselei,  
Kad mieru rast. (Rainis)  
Izsakām vispatiesāko līdzjūtību  
**tuviniekiem, VIKTORU ŠŅITKINU**  
mūžībā pavadot.  
P/A "San-TeX" kolektīvs

Paliek tikai miglas svītra...  
Sastingst aizdomātā doma,  
Sastingst nedarītie darbi...  
Vispatiesākie līdzjūtība vārdi  
skolotājai **Irēnai Šņitkinai un**  
**ģimenei**, uz mūžu atvadoties no  
vīra un tēva **VIKTORA ŠŅITKINA**.  
Akmeņu ģimene

Nevar pazust tas, ko mīli,  
Nezūd darbs, kas krietni veikts.  
Arī tad, ja mūža gājums,  
Šķiet pārāk negaidīti beigts.  
Mūsu patiesākā līdzjūtība **Irēnai**  
**Šņitkinai, VĪRU** kapu kalniņā  
pavadot.  
Inga, Kaspars Žugi

Aiz katra paliek dzīve  
Un pasacītais vārds,  
Bet atmiņas tik dārgās  
Sirds ilgi saglabās.  
Izsakām līdzjūtību **Šņitkinu**  
**ģimenei, VIKTORU** mūžībā  
pavadot.  
Štekelu ģimenes

Kāpēc tā bija jānotiek?  
Tu aizgāji un paliku es viena.  
Kāpēc man vienai tumsā jāpaliek,  
Ja apkārt staro gaiša diena?  
Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība  
skolotājai **Irēnai Šņitkinai**, pavadot  
vīru **VIKTORU** pēdējā gaitā.  
Bijušās audzēknes: Annija, Arta,  
Kristiāna

Palīks atmiņu kāši,  
Atspulgi no nebeidzamajiem  
darbiem,

No mirkliem prieka pilniem,  
Un no mirkliem skarbiem.  
(J.Osmanis)  
Izsaku patiesu līdzjūtību **sievai,**  
**dēlam un pārējiem tuviniekiem,**  
**VIKTORU ŠŅITKINU** mūžībā  
pavadot.  
Pēteris Kalniņš

Mūža vilciens pa gadskārtu sliedēm  
Norimis traukties un palicis kluss.  
Smilšu kalnā zem dzīvības priedēm  
Nu darbi, domas un vasaras dus.  
Sāpju un atvadu brīdī esam līdzās  
**sievai un meitai**, vīru un tēvu **AGRI**  
**KAMŠU** mūžības ceļā pavadot.  
Taņa, Jānis, Sergejs, Saša

Kas smagāks vēl var būt,  
Pa dzīves taku ejot,  
Kā atdot zemei to,  
Kas sirdij tuvs un dārgs... (I.Lasmanis)  
Skumju brīdī izsakām patiesu  
līdzjūtību **Lonijai Kamšai ar meitu**  
**Inesi, VĪRU, TĒVU** mūžībā pavadot.  
Bijušās darba kolēģes: Tatjana R.,  
Ludmila K., Daiga V., Alla P., Inta D.,  
Valentīna Č., Anna G.

Rokas, kas milēja darbu, gurušas,  
Sirds, kas vēlēja labu, nu atdusas.  
Skumju brīdī esam kopā ar **Loniju**  
**un Inesi**, pavadot vīru un tēvu  
**AGRI KAMŠU** kapu kalniņā.  
Lonijas māšicas un brālēni Supes ar  
ģimenēm

Tu aizej prom pa baltu ziemas ceļu.  
Uz mūžību! Šalc egle, priede, bērzs.  
Un kādas mīļas, tuvas mājas durvis  
Nekad vairs tavas rokas neatvērs.

(N.Dzirkale)

Skumju un atvadu brīdī mūsu  
visdziļākā līdzjūtība **Lonijai un**  
**Inesei**, vīru, tēvu **JĀNI AGRI**  
**KAMŠU** mūžības ceļā pavadot.  
Ināra, Ēvalds, Bernadeta, Nora,  
Bērzišu ģimene

Izgaist mūžs kā sveces liesma,  
Izgaist tā kā saules stars,  
Apklust tā kā laba dziesma,  
Kas vairs sirdī neaizskar.  
Skumjajā atvadu brīdī izsakām  
patiesu līdzjūtību **Lonijai un Inesei**  
**Kamšam**, pavadot **VĪRU un TĒVU**  
mūžības ceļā.  
Rudčenko ģimene

Lūgšim tavai dvēselītei  
debesceļā mieru gūt,  
Lai ar tevi zvaigznes starā  
varam domās kopā būt.  
Dalām sāpju smagumu un izsakām  
patiesu līdzjūtību **meitai Inesei,**  
**sievai Lonijai**, pavadot **JĀNI**  
**KAMŠU** mūžībā  
Loginu ģimenes

Cik grūti noticēt, ka nekad vairs  
dzīvē  
Mums neiznāks ar tevi parunāt,  
Un tavu smaidu - vienkāršu un siltu,  
Mums vajadzēs tik sirdi saglabāt.

(I.Mežnora)

Šajā sāpju un skumju brīdī izsakām  
patiesu līdzjūtību **Lonijai, Inesei un**  
**tuviniekiem**, pavadot **JĀNI AGRI**  
**KAMŠU** mūžības ceļā.  
Heldurs, Aleksandra, Juris, Svetlana

Pār tevi smilšu klusums klāts, vien  
paliek atmiņas  
Un tava mūža stāsts. (J.Rūsiņš)  
Lai klusa un patiesa līdzjūtība palīdz  
tikt pāri sāpju smagumam **Lonijai**  
**Kamšai un tuviniekiem**, pavadot  
**VĪRU** baltajā mūžības ceļā.  
Zina

Paldies tev, tēt, par mūža gadiem,  
Par tavu mīlestību, kurā sildīties bij  
ļauts.  
Caur naktīm zvaigžņotām un rasas  
ritiem zilgiem  
Pie tevis steigties sirds vēl nemitīgi  
sauks.  
Mūsu patiesa līdzjūtība **Inesei**,  
pavadot **TĒTI** kapu kalniņā.  
Bijušie klasesbiedri un audzinātāja  
E.Cunška

Mīļo tēt, cik ļoti grūti  
Tevi zemes klēpim dot.  
Atvadoties sveikas sūtīt  
Dziedāt dziesmu pēdējo.  
(Z.Purvs)  
Kad **TĒVA** dvēselīte devusies  
aizsaulē, izsaku līdzjūtību sāpju brīdī  
**Inesei Kamšai**.  
Valērijs

Ir sāpes, ko nevar dalīt uz pusēm,  
Nav tādu vārdu, kas mierināt  
spētu...  
Nostājas blakus tev draugi un klusē  
Kaut vai tā, lai tev palīdzētu.  
(R.Skujiņa)  
Visdziļākie līdzjūtības vārdi šajā  
smagajā un grūtajā brīdī **Aijai**  
**Zelčai-Loginai ar ģimeni, vīru,**  
**TĒVU** negaidīti zaudējot. Lai Dieviņš  
Jūs sargā un mierina.  
Briežuciema pamatskolas  
klasesbiedri un audzinātāja

Nav tādu vārdu, ar ko izsmelt bēdas  
No sirdīm, kuras sāpēs pielijušas.  
Izsakām patiesu līdzjūtību **meitai**  
**Inesei un sievai Lonijai Kamšam**,  
miļo **TĒTI** un **VĪRU** mūžības ceļā  
pavadot.  
Vaļa, Ilona ar ģimeni

Pieklustiet, pieklustiet šodien,  
dzimtenes vēji,

Pēdējā gaitā sapņi un mila iet.  
Grūti ir aiziet, ai, ticiet, cik grūti,  
Ja ar tūkstoš balsim dzīve pie  
sevis sauc.  
Kad pēkšņi zaudējuma skarbums  
iedzej dziļi sirdī, esam kopā ar  
**Elizabeti Loginu un visiem**  
**tuviniekiem**, dēlu, brāli, vīru, tēvu  
**VALDI** pāragri zaudējot.  
"Violas" pensionāres

Pārtrūka stīga, apklusā dziesma,  
Apdzisa zvaigznes, saira sapņi,  
Viss tas notika pēkšņi un strauji,  
Pielijis sāpju un asaru trauks.  
Lai mūsu līdzjūtības vārdi ir patiesi  
atbalsts sāpju brīdī **Elzai un**  
**Aloizam Loginiem**, no miļā **DĒLA**  
uz mūžu atvadoties.  
Virgīnija, Rihards, Tekla, Maija

Mani mīļie, es pie jums vēl būšu,  
Sniega pārslē, čukstā, rasas lāsē,  
Saulē, vējos, dziesmā, jūsu mūžos.  
Dzīve beidzas, mīlestība - nē.  
Kad skarbaus liktenis tik pēkšņi un  
negaidīti mūžībā aizsaucis miļo dēlu,  
brāli, vīru, tēti **VALDI LOGINU**,  
mūsu vispatiesākā līdzjūtība **visiem**  
**tuviniekiem**.  
Sandris Grahoļskis un Žanis  
Orlovskis ar ģimenēm

Visskaistākā dzīve var pārtrūkt,  
Negaidot rieta,  
Neprasot sirdij,  
Cik sāpju tā aizejot atstāj...  
(J. Jaunsudrabiņš)  
Jūtam līdzī lielajās bēdās **Elzai un**  
**Aloizam**, miļo dēlu **VALDI** pāragri  
pavadot kapu kalniņā.  
Marija ar ģimeni, Inese, Ainārs

Kas smagāks vēl var būt,  
Pa dzīves taku ejot,  
Kā atdot zemei to,  
Kas sirdij tuvs un dārgs...  
(I.Lasmanis)  
Lai mana līdzjūtība palīdz pārvarēt  
negaidīto sāpju smagumu  
**Elizabetei, Aloizam un**  
**tuviniekiem**, no **VALDA** uz mūžu  
atvadoties.  
Veneranda

Pārtrūka stīga, apklusā dziesma,  
Apdzisa zvaigznes, saira sapņi,  
Viss tas notika pēkšņi un strauji,  
Pielijis sāpju un asaru trauks.  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Aijai**  
**Zelčai-Loginai un piederīgajiem,**  
**VĪRU** traģiski zaudējot.  
Bijušie kolēģi no Viļakas NMP

Pazarēs apklusā vakara vēji,  
Pierīma putni, izdzīsa riets.  
Kādēļ tev pārtrūka dzīve tik spēji,  
Ja vēl pret sauli tik daudz bij ko iet.  
Kad negaidīti atnākušo sāpi izraud  
sveces un ziedos birst atvadu  
asaras, gribas teikt patiesākos  
līdzjūtības vārdus vecākiem **Elzai**  
**un Aloizam Loginiem**, dēlu **VALDI**  
guldot Zemes mātes klēpī.  
Pētera, Livijas, Boļeslava, Ilārija,  
Antoņinas, Tamāras un Marijas  
ģimenes Borisovā

Cik grūti noticēt, ka nekad vairs  
dzīvē  
Mums neiznāks ar tevi parunāt...  
Sāpju un atvadu brīdī, kad par agrī,  
**VALDI**, sagruva Tavs dzīves tilts,  
izsakām visdziļāko līdzjūtību **mātei,**  
**tēvam, meitām, sievai un māsaī**.  
Krustmeita Elvita ar ģimeni, Livija,  
Boleslavs

Tā aizejam pa skujām klāto ceļu  
Un nenākam nekad vairs atpakaļ.  
Un visu bijušo sedz sniegi balti,  
Tik dzenis aizgājušo mūžu kaļ.  
Un kādai mīļai, labai sirdij  
Nekad vairs nesāpēs, ne arī sals.  
Lai mūsu klusa līdzjūtība  
**tuviniekiem, ANTONIJU**  
**OSTROVSKU** pēdējā ceļā pavadot.  
Rugāju novada Eglaines  
pamatskolas kolektīvs

Tu saules ceļš un labā avots bijī,  
Kam rimstot tecēt, mūsu sirdīs  
Paliek mīlestības vilnis balts.  
Kad pa sniegbalto skuju taku  
mūžībā aiziet bijusi skolotāja  
**ANTONIJA OSTROVSKA**,  
izsakām patiesu līdzjūtību **Valdim ar**  
**ģimeni**.  
Livija Socka, Lūcija Masa

Kur nu iesi, kur tecēsi,  
Kam prasīsi padomiņu.  
Padomiņa devējiņa -  
Baltā smilšu kalniņā.  
Izsakām visdziļāko līdzjūtību **Valdim**  
**Baranovskim ar ģimeni**, krustmāti  
**ANTONIJU OSTROVSKU** mūžības  
ceļā pavadot.  
Lucija Boža

Lūgšim svecēm rādīt gaismu,  
Skumjām taku izrotāt,  
Dosim līdzī smilšu sauju,  
Ziedus mūža gājumam.  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Ivara un**  
**Vladimira Frolovu ģimenēm,**  
**MARFU FROLOVU** mūžībā  
pavadot.  
Edmunda un Gata Krīvišu ģimenes

Pāri sirmām kapu priedēm  
Pāršalc tavas dzīves stāsts.  
Pāri darbam, sāpēm, ilgām  
Baltu, vieglu smilšu klāsts.  
Izsakām līdzjūtību **Vladimiram**  
**Frolovam ar ģimeni un pārējiem**  
**tuviniekiem, VECMĀMIŅU** mūžībā  
pavadot.  
Kalniņu ģimene

Un atmiņas ziedēs ap viņu baltas kā  
ābeles. (Ā.Elksne)  
Skumju brīdī esam kopā ar **Āriju,**  
**Skaidriti un Dženiju, IMANTU**  
**BERKI** Mūžībā pavadot.  
Marija Meldere ar meitām

Cilvēka dzīve ir zvaigzne -  
Uzliesmo un nodziest.  
Taču tās gaisma ir mūžīgi  
Domās un atmiņās.  
Izsakām patiesu līdzjūtību **Annai**  
**un Pēterim Apiņiem, Ilgai un**  
**Arnim Kazinovskiem**, meitu un  
mammu **SARMĪTI** pavadot mūžības  
ceļā.  
Sarmītes bijušie 8.c klasesbiedri

Svētā klusumā, tālā un mūžīgā,  
Atmiņām atdota, viena svecīte  
dziest.  
Skumju brīdī esam kopā ar **Annu**  
**un Pēteri Apiņiem, MEITU** kapu  
kalniņā pavadot.  
Krauču, Dvinsku, Loginu ģimenes,  
Lucija, Valentīna, Iveta

 <b>Indekss 3004</b> <b>Vaduguns</b> IZNĀK OTRDIENĀS, PIEKTDIENĀS <b>IZDEVĒJS</b> <b>SIA "BALVU VADUGUNS"</b> Nodokļu maksātāju apliecības Nr. <b>LV 43203002982</b>	<b>REDAKCIJAS ADRESE</b> <b>TEĀTRA IELĀ 8</b> <b>BALVOS, LV-4501</b> <b>NORĒĶINU KONTS</b> A.S. SEB BANKA BALVU FILIĀLĒ Nr. LV21 UNLA 0024 0004 6734 5, kods UNLALV2X <small>Publicitāte materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli. Par faktu, skaitļu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstiem atbild to autori.</small>	<b>REKLĀMA,</b> <b>SLUDINĀJUMI</b> <b>D.DIMITRIJEVA</b> <b>T. 64507018</b> <b>26161959</b> <b>FAKSS - 64522257</b>	REDAKTORS <b>E.GABRANOVŠ</b> - T.64522534, 29360850 ŽURNĀLISTI: <b>S.KARAVOIČIKA</b> - T.64522126 <b>Z.LOGINA, I.ZINKOVSKA</b> - T.64520962 <b>M.SPRUDZĀNE, I.TUŠINSKA</b> - T.64522260 <b>A.LOČMELIS</b> -T.64520961 <b>KOREKTORE S.GUGĀNE</b> - T.64522126 <b>GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA</b> - T. 64507019 <b>ŠOFERIS A.KIRSANOVŠ</b> - T. 27870730 <b>Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961</b>	e-pasts: vaduguns@apollo.lv mājas lapa: www.vaduguns.lv
	<b>Datorsalikums-</b> <b>SIA "Balvu Vaduguns",</b> <b>G.LIELMANIS</b> <b>Iespiests SIA "Latgales</b> <b>Druka", Rēzeknē,</b> Baznīcas 28 <b>TIRĀŽA - 4090</b>			