



Īsziņas

Saņem apbalvojumu

30. augustā Latvijas Ārstu biedrības (LĀB) apbalvojumu "Valetudo Patriae" (veselība dzimtenei) par veselīgu pārtikas produktu ražošanu saņēma zemnieku saimniecība "Kotiņi" Šķilbēnu pagastā (viena no lielākajām sēklaudzēšanas saimniecībām Latvijā, tostarp ražo inovatīvus produktus – lobītas granulētas pupas, lobītus zirņus, grūbas un putraimus) un individuālais komersants Kārlis Mieriņš Susāju pagastā (audzē bioloģiskus dārzeņus un lopus).

Baltinaviem naudas nebūs

Augusta nogalē Ministru kabinets nolēma atlaišanas pabalstos pedagogiem pašvaldību dibināto internātskolu reorganizācijas un slēgšanas gadījumā izmaksāt kopumā 225 751 eiro. Šis finansējums paredzēts pedagogiem, kuri zaudējuši darbu internātskolu reorganizācijas vai slēgšanas gadījumā, kas pabeigta ne vēlāk kā līdz 2018. gada 31. augustam. Diemžēl uz šo atbalstu nevar cerēt Baltinavas Kristīgās internātpamatskolas, kas tiek likvidēta ar 31. augustu, pedagogi, jo, kā paskaidroja Izglītības un zinātnes ministrijas Izglītības departamenta vecākā referente Māriete Rozenštoka, Baltinavas skola ir speciālā izglītības iestāde: "Zemāk minētie kritēriji uz speciālām izglītības iestādēm neattiecas, tie attiecas uz vispārējām izglītības iestādēm – internātskolām."

Izveido īpašu konsultāciju tālruni

Lai informācija par nodokļu jautājumiem būtu pieejamāka ārzemēs dzīvojošajiem latviešiem, Valsts ieņēmumu dienests ir izveidojis atsevišķu e-pasta adresi un tālruņa numuru, kur nodokļu konsultanti atbildēs uz dažādiem praktiskās dabas jautājumiem nodokļu jomā. Jaunizveidotā e-pasta adrese ir: diaspora@vid.gov.lv un nodokļu konsultantu tālruņa numurs - +371 67122443. Interesējošos jautājumus ir aicināti uzdot gan tautieši, kuri nolēmuši atgriezties vai pārcelties uz dzīvi Latvijā pēc pastāvīgas dzīves vai ilgākas uzturēšanās ārvalstīs, gan arī tie, kuriem, ilgstoši dzīvojot ārvalstīs, iespējams, ir saglabājušās kādas nodokļu saistības Latvijā.

Nākamajā adugunī

● Jāzēpu satika tik un tā
Dzimtas stāsti

● Atklāj skolas stadionu
Ilgi gaidīts mirklis



Dāvina grāmatu "Latvijai 100"

Balvu Novada muzejā. Medīkis Pēteris Apinis kopā ar savu rūķīti, projekta "Latvijai 100" vadītāju, neaizvietojamu palīdzību grāmatas tapšanas darbā Aivu Stipro un Gulbenes muzeja vēsturnieci Ilzi Ūseli. "Tā bagātība iekš grāmatas ir nenovērtējama," uzskata Ilze. Aiva neslēpj, ka atlasīti no 800 tūkstošiem iesūtīto fotogrāfiju bija grūti veikt, bet darbs ir izdarīts - grāmata ir izdota. Pēteris Apinis pastāstīja, ka grāmatu "Latvijai 100" viņš velta saviem sešiem mazbērniem, kā arī visu savu laikabiedru bērniem, mazbērniem un mazmazbērniem, kuriem būs jādzīvo Latvijā un jāmil sava zeme, valsts un tauta.

* Turpinājums 2.lpp.

Politiskā reklāma



*Reklāmu apmaksā ZZS

Ja man vēlreiz būtu jāiet skolā, es izvēlētos to pašu skolu, skolotājus un klasesbiedrus, tikai pats būtu citādāks: vēl vairāk domātu un vairāk darītu. Mācīties un mācīt šodien ir īpaša veiksmē – pasaule nekad nav bijusi tik atvērta un ceļu nekad nav bijis tik daudz. Novēlu skolēniem spēju pašiem saprast, kurš ceļš ejams. Bet skolotājus un vecākus mudinu nevis likt stop zīmes kāda ceļa galā, bet spēt gudri izskaidrot, kāpēc vienam der gludais un taisnais asfalts, bet otram jārodas pa bērziem ieskautā ceļa likumiem. Katra ceļa galā kaut kas ir – augsti kalni, greznas pilsētas vai akaču pilni purvi. Es novēlu atrast to ceļu, kura galā ir dzimtās mājas.

Lai visiem, kuri skolas durvis ver ik dienu, būšana skolā, zinību gūšana un došana sagādā prieku un gandarījumu, lai mācību process ikvienu mudina uz jauniem izaicinājumiem un sekmē mērķu sasniegšanu.

Ar prātu, mīlestību un gribasspēku strādāsim kopā par mūsu Latviju!

JĀNIS TRUPOVNIĒKS, LR 12. Saeimas ZZS deputāts

Vārds žurnālistam

Irēna Tušinska

Lasot par tādā mazā ciemā kā Upīte notiekošajiem vērienīgajiem daudzdienu pasākumiem, kuros piedalās viesi no visas Latvijas un iespējams noskatīties pat vadošo Rīgas teātru izrādes, aizdomājos par personāliju lielo lomu mūsu dzīvē. Tieši pateicoties Slišanu dzimtai, dzejnieka un latgalisko tradīciju kopēja Antona Slišana bērniem, galvenokārt dēlam Andrim Slišanam, kurš vada Nemateriālā kultūras mantojuma centru "Upīte", ciema dzīve ir tik rosīga un interesanta.

Var tikai apbrīnot, kā šie cilvēki pēdējiem spēkiem cenšas uzturēt aktīvu kultūras dzīvi savā ciemā, spītējot valsts politikas radītajam lauku iznīcināšanas cunami, kas, gāzoties pāri valstij, pa ceļam aizskalo mazās skoliņas un jauno, darba spējīgo iedzīvotāju slāni. Cik ilgi šiem enerģiskajiem lauku aktīvistiem pietiks spēka cīnīties? Iespējams, ilgi. Bet varbūt jau nākamā šo cīnītāju paaudze sapratusi, ka pretoties ir bezjēdzīgi, kravās koferus, lai dotos meklēt vieglāku dzīvi... Patiesībā man ir bail pat iedomāties, kas notiks, ja kārtējā Latvijas valdība, kas jau šoruden pārņems valsts vadības grožus, turpinās iesākt lauku iznīcināšanas politiku, kaut vai vienkārši nedarot neko, lai tur atgrieztos cilvēki... Kaut kur dziļi sirdī klusi id nepatīkama pārliecība, ka, izskanot pēdējiem priekšvēlēšanu bezmaksas koncertu akordiem un norimstot partiju apmaksāto kultūras pasākumu pacilātībai, viss kaut kā nemanot ieies vecajās sliedēs – deputāti turpinās paaugstināt savas algas, bet lauku jaunieši atkal kravās ceļasomas, lai dotos pasaulē laimi meklēt.

Latvijā

Spraigi notikumi uz "Tallink" prāmja Baltijas jūrā. Pagājušajā trešdienā prāmis apturēts jūrā pie Latvijas krasta, lai nogādātu krastā kādu pasažieri kritiskā stāvoklī. Pēc aculiecinieku stāstītā, veselības problēmas radušās kādai sievietei. Glābšanas operācija norisinājusies gaisā - helikopters, nenolaižoties uz prāmja, nolaida nestuves un sasīrgusi sievieti tika uzvilka uz klāja. Pēc glābšanas operācijas prāmis turpināja ceļu.

Uz laiku tiek pārtraukta turpmāka NMPD brigāžu pārveidošana. Uz laiku tiek pārtraukta turpmāka Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta (NMPD) brigāžu pārveidošana Latgales, Vidzemes un Zemgales reģionos, paredz vienošanās starp Veselības ministriju (VM), dienestu un Latvijas Veselības un sociālās aprūpes darbinieku arodbiedrību (LVSADA). Vienošanās paredz turpināt darba organizācijas pārmaiņas Rīgas un Kurzemes reģionā, bet veikt pastarpinātu rezultātu uzraudzību. Tāpat līdz 1. novembrim paredzēts apkopot un iesniegt ministrijai informāciju par dienesta darba organizācijas izmaiņu rezultātiem. Līdz datu izvērtēšanai neturpinās brigāžu pārveidošanu Latgales, Vidzemes un Zemgales reģionos.

A/s "Virši-A" degvielas cisterna iegāzās diķī. Pagājušajā nedēļā a/s "Virši-A" degvielas cisterna iegāzās diķī Amatas novada Drabešu pagastā, jo bija atāķējies no vilcēja. Bīstamā situācija radās, kravas automašīnai braucot kalnā. 1978.gadā dzimušais kravas automašīnas "Scania" vadītājs konstatēja, ka ar piekabi ir tehniskas problēmas. Proti, trose, kas turēja piekabi, tika pārrauta, un cisterna, ripojot atpakaļgaitā, iegāzās mazā diķī. Kravā, atsevišķos nodalījumos, atradušies aptuveni 11 100 litri dīzeldegvielas. Negadījuma vietā degvielas noplūde netika konstatēta. Diķis, kurā iegāzās tvertne, pieder privātpersonai.

Rīgā, Brīvības ielā, maina nupat ieklāto asfaltu. Rīgā, Brīvības ielā, tiek mainīts nupat ieklātais asfalts, jo nepieciešams novērst būvdarbu laikā konstatētos defektus. Pēc asfaltbetona virskārtas izbūves Brīvības ielā, pie 127.nama, ceļa segumā izveidojās rīsa, savukārt pie ēkas Brīvības ielā 150 - iesēdums. Pirms ielas atjaunošanas darbu sākšanas šie defekti nebija novēroti. Lai nodrošinātu kvalitatīvu jaunā asfaltbetona kalpošanu, speciālisti pieņēma lēmumu demontēt jau uzklāto asfaltu, nomainīt seguma pamatnes neatbilstošās kārtas un atkal ieklāt jaunu asfaltbetonu.

(Ziņas no portāliem www.delfi.lv, www.tvnet.lv)

Dāvina grāmatu "Latvijai 100"

* Sākums 1.lpp.

Zinaida Logina

Latvijas Ārstu biedrības prezidents Pēteris Apinis muzejiem dāvina divos gados tapušo grāmatu "Latvijai 100", kuras 480 lappusēs apkopotas aptuveni 4400 fotogrāfijas un 101 mākslas darbs. Grāmatas izveidi finansiāli atbalstījuši paši veidotāji un interesenti. Grāmata sver četrus kilogramus.

"Esmu arī fotogrāfs, kuram bijušas izstādes, šī man ir jau 18.grāmata. Man šķita, ka bildes par Latvijas vēsturi runā visizteiksmīgāk. Vecie albumi bieži aiziet nebūtībā, tāpēc šī ideja par nacionālo albumu, kas būs muzejiem un glabāsies arī Latvijas Nacionālajā bibliotēkā, brieda jau sen," pastāstīja Pēteris Apinis. Grāmatas veidotāji bijuši Latvijas pilsētās un pagastos, nozīmīgākajās Latvijas vietās un vides objektos, meklējot bildes un stāstus, lai izprastu, kas ir Latvija 100 gados. Simtgades grāmata aptver būtiskākos valsts sasniegumus zinātnē, ekonomikā, kultūrā,

izglītībā, medicīnā, aizsardzībā un citās nozarēs. Grāmatā ietvertās fotogrāfijas iesūtījuši vairāk nekā 1200 līdzautori no visas Latvijas. Balvu novada domes priekšsēdētājs Aigars Pušpurs uzsvēra, cik svarīgi ir fotogrāfiju mūžu pagarināt grāmatā, saglabājot tās nākamajām paaudzēm, jo šajā digitalizācijas laikā tās visbiežāk tā arī paliek datoros un telefonos. No Balvu novada grāmatā ievietotas Daces Teilānes fotogrāfijas no Balvu Novada muzeja krājuma un Jāņa Trupovnieka personīgā arhīva. Viļakas Novada muzeja vadītāja Rita Gruševa pastāstīja, ka no Viļakas novada grāmatā iekļuvušas 28 fotogrāfijas, ko iesūtījuši: Maruta Brokāne, Vecumu pagasta bibliotēka, Dzintars Dvinskis, Aldis Pušpurs, Anna Āze, Aldis Ločmelis un citi. Ikviens interesents var iegriezties Balvu un Viļakas muzejos, šķirstīt šo grāmatu un skatīties, ko novadpētnieki, muzeju darbinieki, bibliotekāri, skolotāji, kolekcionāri, žurnālisti un fotogrāfi izvēlējušies parādīt no Latvijas dzīves.

Ugunsdzēsēji informē iedzīvotājus

Uzdāvinī sev un tuviniekiem dzīvību!

Irēna Tušinska

No 29. līdz 31.augustam Valsts Ugunsdzēsības un glābšanas dienesta (VUGD) Latgales reģiona brigādes Balvu daļas inspektors ULDIS KEIŠS pēc māju vecāko uzaicinājuma novadīja vairākas Balvu daudzdzīvokļu māju iedzīvotāju sapulces, informējot par ugunsdrošības noteikumiem un izmaiņām, kas stāsies spēkā 2020.gadā.

29.augustā VUGD pārstāvis U.Keišs un māju vecākie uz sapulci aicināja Ezera ielas 24., 26. un 28.nama iedzīvotājus, lai informētu par ugunsdrošības noteikumiem daudzdzīvokļu dzīvojamajās mājās. Līdzīgas instruktāžas notika arī citos kvartālos – pie Brīvības ielas 66., 78. un Baznīcas ielas 14.nama, kā arī pie daudzdzīvokļu mājām Ezera ielā 40 un 42, Brīvības ielā 89, Dārza ielā 8 un 10.

VUGD pārstāvis sāka stāstījumu ar to, ka ar 2020.gada 1.janvāri dūmu detektoriem būs jābūt uzstādītiem visos mājokļos. "Man mājās detektors ir jau piecus gadus. Tā uzstādīšana nav sarežģīta. Varat dāvināt to arī draugiem. Cilvēka dzīvība par pieciem eiro, tas nav dārgi," pārliecību puda U.Keišs. Viņš atklāja iemeslu, kādēļ šis mazais, griezīgi pikstošais aparātiņš izglābs dzīvību: "Guļot visas cilvēka maņas atslēdzas, saglabājas tikai aptuveni 20% dzirdes." Pamatojot to, U.Keišs pastāstīja paša pieredzēto, kad pēc nakts miega pamodies ar apdegumu uz rokas, ko guļot nav sajutis.

"Pēdējā laikā saņemam ļoti daudz izsaukumu, kas saistīti ar bez uzraudzības atstātām iedegām gāzes plītim un ieslēgtiem gludekļiem," iemeslu, kādēļ tieši šobrīd nobriedis lēmums klātienē informēt iedzīvotājus, atklāja ugunsdzēsējs. U.Keišs izskaidroja, kā dūmu detektors darbojas, kā un kur to uzstādīt. "Šis mazais aparātiņš nodrošinās jums drošību divos gadus, tik ilgst viena kronas baterija. Detektora korpusā ir baterijas jaudas automātiskā kontrole, kas laikus brīdina ar skaņas signālu par baterijas nomaiņas nepieciešamību. Aptuveni reizi



Rāda un stāsta. U.Keišs izskaidroja dūmu detektoru un ugunsdzēsamo aparātu nepieciešamību, kā arī atbildēja uz iedzīvotāju jautājumiem.

mēnesi ierice jāpārbauda, nospiežot testa pogu," pastāstīja ugunsdzēsējs. VUGD pārstāvis uzsvēra, ka dūmu detektora uzstādīšanas process ir ļoti vienkāršs. To var paveikt ikviens, kurš prot sienā vai griestos izurbt pāris nelielus caurumus un piestiprināt tiem ar ierīces komplektā ietilpstošo dībeļu un skrūvju palīdzību detektora korpusu. U.Keišs pastāstīja, ka detektorus var iegādāties elektropreču un specializētajos veikalos, un ieteica izvairīties no Ķīnā ražotiem pakārdarītajiem.

VUGD pārstāvis atklāja arī iemeslus, kādēļ tvaika savācēji virtuvēs var būt bīstami: "Daudzi, uzstādot tvaika savācējus, pilnībā noslēdz dabīgo ventilāciju, tādējādi parakstot sev nāves spriedumu." Viņš atgādināja, ka daudzdzīvokļu māju pagrabos nedrīkst patvaļīgi ievilk elektrības vadus un instalēt iekārtas, ja tās nav paredzētas būvprojekta. Arī šādu rīcību administratīvi sodīs. "Reizi trīs gados mājās notiks pārbaudes, vai nav pārsniegta pieļaujamā jaudas slodze," atgādināja ugunsdzēsējs. Viņš aicināja iedzīvotājus arī dzīvokļos nepārslogot elektrības kontaktus, pieslēdzot neatbilstošas jaudas ierīces. Tāpat

U.Keišs pastāstīja, kā un ko runāt ugunsnelaimes gadījumā, zvanot uz tālruni 112: "Vispirms jānosauca adrese un vieta, kur deg."

Sarunas gaitā iedzīvotāji interesējās – cik detektoriem ir jābūt katrā dzīvoklī? U.Keišs uzsvēra, ka jābūt vismaz vienam, un to vislabāk uzstādīt pie telpas ieejas, kurā guļ cilvēki, jo tādējādi guļošais noteikti sadzirdēs griezīgo skaņu. Tomēr neieteica tos uzstādīt virtuvē, jo cepot un vārot tas var iedarboties.

"Kad šie noteikumi stāsies spēkā, neviens neies un nepārbaudīs, vai jums ir dūmu detektors. Taču, ja notiks kāda nelaime un ugunsdzēsēji atbraukuši konstatēs, ka dzīvoklī tā nav, būs jāmaksā liels naudas sods – tūkstotis eiro," brīdināja U.Keišs. Administratīvā atbildība paredzēta arī gadījumos, kad ugunsnelaimes vai gāzes sprādziena rezultātā iedzīvotāji atsakās evakuēties. Sodāma rīcība ir arī patvaļīga apkures iekārtas ierīkošana vai atslēgšanās no kopējās gāzes sistēmas. "Tas obligāti jāsasaka ar attiecīgām instancēm," uzsvēra ugunsdzēsējs.

VUGD pārstāvis informēja arī par nepieciešamību katrā dzīvoklī turēt ugunsdzēsamo aparātu, kas no 2020.gada būs obligāta visiem. Viņš izskaidroja katra aparāta priekšrocības un minusus, kā arī paskaidroja, kā ar tiem darboties, kā uzglabāt un cik bieži atjaunot.



Tā uzstādīšana nav sarežģīta. Varat dāvināt to arī draugiem. Cilvēka dzīvība par pieciem eiro, tas nav dārgi.

nav pārsniegta pieļaujamā jaudas slodze," atgādināja ugunsdzēsējs. Viņš aicināja iedzīvotājus arī dzīvokļos nepārslogot elektrības kontaktus, pieslēdzot neatbilstošas jaudas ierīces. Tāpat

Piedāvā lekciju skolotājiem

Kā doties pa strauši pārmaiņu laikā?

Zinaida Logina

Pedagogu konferencē “21. gadsimta izglītība: skola, skolotājs, pārmaiņas” lekciju “Kā doties pa strauši pārmaiņu laikā” piedāvāja “Radošuma pils” treneri Dace un Armands Liciši.

Jau ar pirmo prezentācijas slaidu viņi trīs novadu pedagogu saimei darija zināmu, ka “pārmaiņas vairs nekad nebūs tik lēnas, kā šobrīd”. Armands uzsvēra, ka pedagoga redzējumam un domu lidojumam jābūt augstam.

Pedagoga profesija neizzudīs

“Jo augstāk mēs lidojam, jo vairāk redzam, jo vairāk redzam, jo vairāk iegūstam,” teica Armands. No Pasauls ekonomikas foruma ziņojuma par darba tirgu nākotnē redzams, ka desmit galvenās prasmes, kuras nepieciešamas skolotājiem, ir mainījušās. Ja 2015. gadā akcents bija likts uz kvalitātes kontroli un aktīvu klausīšanos, tad 2020. gadā tā ir emocionālā inteliģence un kognitīvais (domāšanas) elastīgums, arī radošums un kritiskā domāšana tabulā pakāpušies krietni augstāk. Lektors skaidroja, ka pēc divdesmit gadiem vairs nebūs 40% profesiju, kādas ir šobrīd. Taču pedagoga profesija paliks un dzīvos cauri laikiem. “Lai kā mums dažreiz nepatīk jaunākās tehnoloģijas, mēs bez tām mācību vidi vairs nevaram iedomāties. Pārmaiņas ienāk arī telpās. Pirms konferences skatījos prezentāciju par jūsu skolu pieņemšanu un, to redzot, varu teikt tikai labākos vārdus. Ir izdarītas un izveidotas ļoti labas lietas,” prieku par redzēto pauda lektors.

Zināšanas, prasmes un raksturs

Kādi tad jābūt 21. gadsimta izglītībai? Lektori uzsvēra, ka tie ir trīs *vaiļi* - zināšanas, prasmes un raksturs. “Mācīšanās mācīties - tā ir mācīšanās dziļumā. Jautājam sev - kā mēs spējam reflektēt un adaptēties reālajā dzīvē? Raksturs - tās ir līdera prasmes, kā

uzvedamies un iesaistāmies pasaulē. Prasmes - komunikācija, sadarbība, kā mēs izmantojam to, ko zinām,” skaidroja Dace. Viņa salīdzināja skolēnu pilnu klasi ar dārzu, kurā ir ogu un augļu koki, dārzeņi, ziedi, arī nezāles. Katram dārzam nepieciešama kopšana. Āboli, plūmes, ķirši, ķirbji - katram ir savs pilnbrieda laiks. Jāpatur prātā, ka skolās var parādīties bērni no citām valstīm, ar citu kultūru, citām vērtībām un citu izpratni par izglītību. “Jāatceras, ka dārzs jākopj ar mīlestību, jo bez tās nav nekā - nedz skaista dārza, nedz cilvēkberna izaugsmes. Kas vienam der, otram ir kaitīgs. Bieži vien pie vienādiem resursiem un vienādām iespējām ne vienmēr ir vienāds rezultāts,” uzsvēra lektore. Katrai skolai būs sava pieredze un savs stāsts. Viņa akcentēja lietas, ko nevar ietekmēt no ārpusē. Tā, piemēram, nevar ietekmēt laika apstākļus, to, lai citi būtu godīgi pret tevi, globālas pārmaiņas, valsts līmeņa politiku, pagātnes notikumus, demogrāfiju. Bet ir lietas, kuras katrs pats var ietekmēt un kontrolēt, un tas ir godīgums, atbildīgums, savi lēmumi, mācību metodika, darba formas, profesionālā kompetence, jā, arī prasme līdzdarboties un lūgt palīdzību citiem. Armands papildināja Daces teikto - ja nevar mainīt lietas, ir jāmaina attieksme pret tām. “Jūsu resursi un jūsu spēks ir pašvaldības atbalsts, izmantojiet to! Ticiet mums, ne visur tā ir,” aicināja lektori. Kādi ir komponenti, kas var palīdzēt virzīties uz priekšu? Tā noteikti ir zinātkāre, oriģinalitāte, radošā domāšana, radošā iztēle, intuícija, empātija un emocijas, arī laba humora izjūta. “Skolotājs ir profesija, kurā vajag uzdrīkstēties un meklēt, kurā nekad nevar atslābt, jo bērni un jaunieši vienmēr uzdos jautājumus. Un jums būs jāzina atbildes, lai paskaidrotu gudri un saprotami, tāpēc vienmēr esiet mazliet izsalkuši,” uzsvēra Dace. Viņa citēja Stīva Džoba domu, ka “vienīgā iespēja izdarīt lielisku darbu - mīlēt to, ko tu dari. Ja tu šo lietu vēl neesi atradis, turpini meklēt”. Pedagoģis ir viena no profesijām, kurā var radoši izpausties, būt oriģināls, meklējot un izmēģinot jaunas metodes. Protams, tam vajadzīgi arī materiālie līdzekļi.



Dace un Armands Liciši. Viņi strādā Jēkabpils Agrobiznesa koledžā, Dace ir psiholoģe, Armands - pasniedzējs un lektors.

“Paslavē. Pajautā. Piedāvā”

Lektori atgādināja arī darbarīku, kuru daudzi pedagogi jau izmanto sadarbības veidošanai ar skolēnu, tas ir 3P princips “Paslavē. Pajautā. Piedāvā”. Vēl viņi piebilda, ka skolotājiem vajadzīga drošība. Vispirms drošība nebaidīties. Ir daudz piemēru, kad skolotājs baidās nebūt perfekts, baidās, ko par viņa rīcību teiks citi, baidās izdarīt kaut ko ne tā, jo tad var notikt kaut kas slikts. “Ne mazāk svarīga ir disciplīna. Ne tādā izpratnē, ka skolēns rātni sēž solā. Šoreiz es runāju par disciplīnu starp mūsu, garu un prātu. Visām šīm lietām jāstrādā vienmērīgi un kopā, nevis katrai par sevi. Vēl minēju kādu komponenti, un tā ir pacietība. Nekas nenotiek uzreiz, arī radošajā domāšanā ir jāpaiet noteiktam laikam. Un pacietība ir vienkārši jāiemācās,” teica Armands. Dace uzsvēra, ka skolotājiem sievietēm ir jāizmanīto kāds rīks, kas dots no dabas, un tā ir intuícija, jo pirmā atbilde, kas nāk prātā, ir pareizākā.

Politiskā reklāma

Mārtiņš Bondars: “Es piespiedīšu valdību sadzirdēt Latgali!”

Ar 10. numuru tuvojošajās Saeimas vēlēšanās startē partija “Attīstībai/Par!”. Savas vizītes laikā Latgalē, Latgales saraksta līderis Mārtiņš Bondars atbildēja uz dažiem jautājumiem.

Mārtiņ, Jūs esat politiķis ar lielu stāžu, uzņēmējs, harizmātisks rīdzinieks. Kāpēc esat izlēmis vadīt Latgales sarakstu? Kas Jūs saista ar mūsu reģionu?

-Uzvārds ‘Bondars’ nāk no Ziemeļlatgales, un es vienmēr jokoju - Latgalē nav tādas vietas, kurā nedzīvo Bondari. Šajās dienās Rēzeknē biju satīcis sievieti, kuru sauc Anna Bondare - gluži kā manu māsu. Pirms aptuveni desmit gadiem Latvijā bija deviņi vai desmit cilvēki, kurus sauca ‘Mārtiņš Bondars’. Tas, protams, ir mazāk nekā ‘Andris Bērziņš’, bet tomēr...

Kāpēc esmu nolēmis vadīt sarakstu? Nav noslēpums, ka ik gadu cilvēku skaits Latvijā samazinās un par šo sarukuma simbolu kļuvusi Latgale. Tā ir ļoti akūta problēma visos reģionos valstī un pirmsvēlēšanas kompānijas ietvaros, runāju ar saviem partijas kolēģiem, un mēs saprotam, ja spēsim šo problēmu atrisināt Latgalē, tad tas atspoguļosies citos reģionos.

Pateicoties manām zināšanām, pieredzei un kontaktiem, mēs mainīsim situāciju Latgalē un Latvijā kopumā. Es strādāju valsts un privātajā sektorā, biju ekspresdientē Vairas Viķes-Freibergas kancelejas vadītājs, biju biroja vadītājs Ministru prezidentam V. Krištopānam, no 2014. gada strādāju Parlamentā.

Savulaik studēju teorētisko matemātiku LU, strādāju Leiklendas koledžas (ASV) Uzņēmējdarbības un ekonomikas departamentā par mācību asistentu. Esmu ieguvis maģistra grādu Hārvardas universitātē (ASV). Mēs piespiedī-

sim Rīgu sadzirdēt Latgali! Šodien viņu nedzird, šodien Latgales nav.

Vai varat raksturot savu komandu un izvirzīt programmas prioritātes?

-Galvenais mūsu komandas princips - izglītēt cilvēkus ar vēlmi strādāt. Nopietna problēma Latvijā, manuprāt, ir tajā, ka cilvēki, kuri pārstāv Latviju, nemāk to darīt pienācīgi. Piemēram, premjerministrs nerunā angliiski. Vai tad viņš spēš mūs pārstāvēt ārpus Latvijas robežām? Un daudzi ministri nepārzina angļu valodu. Kā viņi var risināt eirofonda jautājumus, no kuriem daudz kas ir atkarīgs? Šie cilvēki, kas ir pie varas, nezina, kā turpmāk attīstīt valsti, lai Latvija plauktu. Mēs taču nedzīvojam savrup, bet gan pasaules kontekstā.

Mūsu kopējā sarakstā ir desmit zinātņu doktori, trīs Hārvardas absolventi. Mūsu cilvēki māk un grib kvalitatīvi strādāt.

Ja runājam par prioritātēm, tad izdalīšu trīs punktus.

Pirmkārt - veselības aprūpe. Šī sfēra Latvijā ir ļoti ielaista, daudzi cilvēki ir nabadzīgi, jo ir slimī, vai arī otrādi - slimī, tāpēc arī nabadzīgi. Šeit viss ir jāmaina valstiskā līmenī, un mūsu cilvēkiem ir nepieciešamas zināšanas un pieredze, viņi ir gatavi veikt izmaiņas.

Otrais - izglītība. Katram bērnam, atrodoties jebkurā Latvijas vietā, ne tikai Rīgas centrā, ir jābūt iespējai saņemt kvalitatīvu izglītību. Un mēs zinām, kā to izdarīt. Izglītība Latvijā klibo, tas ir fakts.

Treškārt - uzņēmējdarbības attīstība. Esmu viesojies Latgales uzņēmumos, uzzināju ļoti daudz konkrētu problēmu. Tās ir pilnībā atrisināmas, tas nav nekāds noslēpumains kosmoss, tie ir vienkārši centieni. Vienkārši valdība nestrādā šajā virzienā, viņiem tas nav intere-

santi.

Kad Jūs uzvarēsiet, kādas izmaiņas tuvākajā laikā notiks Latgalē? Kas tieši tiks izdarīts?

-Vispirms mēs skaidri vienosimies ar cilvēkiem, kuri grib šeit strādāt un veicināt pozitīvas izmaiņas Latgales dzīvē - mēs viņus atradīsim. Viņi neatbrauks no Rīgas, viņiem jābūt vietējiem. Rīgai taču jāatbalsta, nevis jātraucē. Jo tagad Rīga atceras par Latgali tikai tad, kad tiek aizturēta vērienīga kontrabandas prece. Vai arī tad, kad uzzina, ka šeit skatās Krievijas televīzijas kanālus. Latgales problēmas - zemas investīcijas, bezdarbu un vienlaikus kvalitatīva darbaspēka trūkumu utt. - izvēlas ignorēt.

Pavisam konkrēti sāksim risināt medicīniskos jautājumus. Piemēram, Krāslavā ir ārstu trūkums, kuri veiktu izbraukumus uz mājām. Tā ir absolūti nenormāla situācija, ka bērnam ir 39 grādu liela temperatūra, bet pie viņa nevar ierasties ārsts. Iedzīvotāji man ir teikuši, ka no 1. augusta Balvos un Balvu novadā naktī strādā viena (!) ātrās palīdzības brigāde. Kopumā tur ir 10 tūkstoši iedzīvotāju. Saka - no Alūksnes var atbraukt, bet tur arī ir tikai viena... Kā tas ir iespējams, ja runa ir par cilvēka dzīvību? Mēs noteikti atrisināsim šos konkrētos jautājumus.

Presē bieži tiek diskutēts par “Latvijas Krājbankas” tēmu! Komentējiet, lūdzu, šo jautājumu.

-Kamēr es biju “Latvijas Krājbankā”, problēmu nebija. Es aizgāju no bankas, pagāja pāris gadi, problēmu arī nebija. Visas kontrolējošās starptautiskās instances ar mums sadarbojās. Problēmas sākās, kad Mārtiņš Bondars aizgāja politikā. Mani politiskie konkurenti, kas strādāja ar tiem, kas likvidēja banku, izstrādāja shēmu, kas radīja Mārtiņam Bondaram problēmas. Viņi

Saraksts Nr. 10



vēlas saglabāt varu un diskreditēt noteiktus cilvēkus. Kā, piemēram, nesen izrikojās ar vienu aktīvu Saeimas deputātu - uz pāris dienām viņu aizturēja Korupcijas novēršanas un apkarošanas birojs. Ar tieši šādu metodi pašlaik vēlas apstādināt arī mani. Es par to zinu un mierīgi eju tālāk. Kā teiciens “Sunī rej, bet karavāna iet tālāk!”.

Cilvēki reizēm mēģina sagrozīt manis teikto, par patiesu uzdot to, ko neesmu teicis. Es negrasos pamest Latviju, es cinišos par to, ko uzskatu par patiesību. Esmu piedalījies nopietnās cīņās, kad notika Saeimas un Rīgas mēra vēlēšanas. Un tagad es cinišos par Latgali, aizstāvot savus principus.

Visi, kas vēlas tikties ar Mārtiņu Bondaru un viņa komandu, var zvanīt pa tālruni 29388 999 un uzaicināt viņu uz tikšanos savā pilsētā vai ciematā. Tikai kopā mēs spēsim izprast problēmas un atrast risinājumus!

*Reklāmu apmaksā partija “Attīstībai/Par!”

“Stipro skrējienā” Balkanos pārsteidz Jāņi

1.septembrī Šķilbēnu pagasta Balkanos pulcējās 23 sportisti, lai pirmo reizi startētu “Stipro skrējienā”. Galvenais tiesnesis Pēteris Vancāns stundu pirms sacensībām neslēpa uztraukumu, jo, pirmkārt, neiespējami prognozēt, cik sportisti ieradīsies. Otrkārt, pirmo reizi nācās izveidot “Stipro skrējiena” trasi, tāpēc viņš neslēpa bažas, vai viss izdosies, kā iecerēts. “Pēc skrējiena vērtēsim pielautās kļūdas,” viņš sprieda.



Sagatavo kausus. Pēteris Vancāns pastāstīja, ka iniciatīvu noorganizēt “Stipro skrējienā” rosināja paši sportisti, kuri regulāri startē Balkanu apļos: “Diemžēl šādas sacensības nekad neesmu ne organizējis, ne tajās piedalījies. Tomēr kopā ar Arti Loginu četru stundu laikā trasi izveidojām, un, manuprāt, tā būs diezgan sarežģīta. Neizpaliks kalni, kur, visticamāk, būs nevis jāskrien, bet jārāpo. Tāpat būs jāšķērso divi dīķi, izcirtums, aizaugušas pļavas, kā arī jāpārvar dažādi šķēršļi.” Jau pēc sacensībām galvenais tiesnesis izdarīja dažus pirmos secinājumus, piemēram, ka nākamgad sportistiem jāsarūpē lielākas mokas. “Domāsim par kilometražu, kā arī pārbaudījumiem, kur nepieciešams roku spēks,” viņš atklāja.



Skrien pa riepām. Gunita Šakina (savā vecuma grupā izcīnīja 2.vietu) pēc “Stipro skrējiena” neslēpa, ka izjūtas ir lieliskas. Visgrūtāk, kā viņa atzina, bijis pārvarēt izcirtumu.



Startē pat ģimenes. Balkanos savus spēkus pārbaudīja arī ģimenes, tostarp Razminoviči no Rekovas. Dagnija Razminoviča smēja, ka “Stipro skrējienā” iemanījās pat apmaldīties.



Uz priekšu! “Stipro skrējienā” devās 23 sportisti gan no mūspuses, gan kaimiņnovadiem.



Caur dubļiem un ūdeni. Sportisti pēc sacensībām neslēpa, ka ūdens šķēršļu pārvarēšana nebija viegls pārbaudījums: “Labi, ka dīķi bija trases beigās, nevis sākumā, jo piecus kilometrus pārvarēt tad būtu daudz grūtāk.”



Kad priekšā traktora piekabe. Sacensību galvenais tiesnesis parūpējās, lai pārbaudījumi būtu savdabīgi un interesanti. Piemēram, uz trasi atdzina pat savu traktoru un piekabi. Sportistus tas neizbiedēja, jo viņi veiksmīgi pārvarēja it visus pārbaudījumus.



Bez viņa nevar tik un tā! Visās sacensībās, kas notiek Balkanos, par sevi vienmēr atgādina rugājietis Jāzeps Saidāns. Sportisti viņu mīļi sauc par *starteri*, jo tieši viņa uzspridzinātais balons ir kā signāls uzsākt sacensības.



Finišē tēvs ar dēlu sekunde sekundē. Sentis Strumpe ar tēti Aināru kopā pārvarēja visus šķēršļus, tostarp izlīšanu zem traktora. Viņi sprieda, ka nākamgad trasi vajadzētu skaidrāk iezīmēt, jo bijuši posmi, kad varējis pat nomaldīties.



Dzelzs šķērslis. Andžejs Krakops ar mammu Intu trasi pabeidza kopā.



Uz goda pjedestāla - Jāņi. Interesanti, ka vīriešu vecuma grupā no 19 līdz 39 gadiem uz goda pjedestāla kāpa trīs Jāņi: Circens, Ļubka un Igaunis. “Joņi ir spēks,” lepojās Jānis no Salnavas, kurš izcīnīja zelta medaļu.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

Latgales produkti veselībai

Nepilini taukus ugunī

Rēzeknē notikušajā konferencē “Latgales produkti veselībai - ražotāja un ārsta skatījums” satikās gaļas, graudu, maizes un piena ražotāji un arī ārsti, lai diskutētu, kas šodien ir veselīgs un sabalansēts uzturs un kādam tam vajadzētu būt.

Gan pārtikas ražotāji, gan mediķi ir ieinteresēti, lai sabiedrība uzturā lietotu Latvijā ražotus produktus. Vēl jo svarīgāk – lai tie būtu veselīgi, bez bīstamām ķīmiskām vielām, gatavoti ar iespējami mazāk pievienotām krāsvielām un konservantiem. Spriežot par šo tēmu, valda arī pietiekami daudz aizspriedumu un stereotipu. Konferenču dalībnieki centās skaidrot, kā ir patiesībā, ļaujot aizdomāties, kādus produktus izvēlēties savam uzturam, kas ir veselīga vai arī ne tik ļoti laba pārtika.

Gaļas paraugporcija ar dillēm

Dietoloģe LOLITA NEIMANE uzsvera seno patiesību, ka uzturam jebkura cilvēka dzīvē ir ļoti būtiska nozīme. Viņas stāstījums bija par gaļu - produktu, kas vairumam no mums noteikti ir viens no galvenajiem ikdienas uzturā. Kas gaļā ir labs? Tā satur augstvērtīgas olbaltumvielas cilvēkam vēlamajā aminoskābju attiecībā, arī vitamīnus, tostarp būtiskos B grupas, cinku, dzelzi. Par dzelzi būtu īpašs uzsvārs, jo praksē, kā pastāstīja dietoloģe, nākas saskarties ar jaunu meiteņu noraidīto attieksmi pret šo produktu. Bet rezultātā viņām sākas nopietnas veselības problēmas, kas pasliktina dzīves kvalitāti un traucē mācības. Jo nākas diagnosticēt anēmiju - dzelzs deficītu. Dzelzs vislabāk uzsūcas, uzsūvē dietoloģe, no dzīvnieku izcelsmes produktiem, tostarp putnu gaļas un arī zivīm. Vajadzētu atcerēties par C vitamīna nozīmi, jo tā klātbūtnē dzelzs uzsūcas vislabāk. Tādēļ paraugporcija varētu būt šāda - gaļas šķēle ar dillēm vai pētersīļiem. Bagāti ar dzelzi ir tādi produkti kā aknas, ko iesaka iekļaut ēdienkartē reizi nedēļā vai divās, arī teļa un liellopa gaļa.

Nav atklājums, ka sabiedrībā ir pietiekami daudz cilvēku, kuri gaļu neēd, bet priekšroku dod veģetārajai virtuvei. Ar šo faktu dietoloģe saskārusies nesen aizvadīto dziesmu un deju svētku laikā, jo nācies saņemt kritiku par sastādīto ēdienkarti, ka nav bijis padomāts par veģetāriešiem. Protams, 42 tūkstošiem cilvēku nodrošināt dažāda veida diētas nav iespējams, taču, iespējams, nākamajos lielajos svētkos, pieļāva L. Neimane, būs arī veģetārā ēdienkarte. Viņas galvenā atziņa: “Šodien ir pierādīts, ja veģetārietis šos ēdienus māk izvēlēties gudri, viņam organismā nebūs nepieciešamo vielu deficīta.”

Kas gaļā ir sliekšņi? Audzējot dzīvniekus, lopkopēji izmanto antibiotikas, un to atliekvielas gaļā ir atrodamas. Savukārt dzīvnieku aknās un nierēs no piesārņotas ārējās vides uzkrājas smagie metāli. Noteikti ir dzirdēts par benzopirēnu, kas ir viena no cilvēku veselībai kaitīgākajām vielām, jo pētījumos pierādīts, ka benzopirēns veicina vēža attīstību. Tāpēc ārsti atbalsta šīs vielas daudzuma samazinājumu kūpinājumos norādot, ka ražotājiem vajadzētu meklēt iespējas, kā samazināt benzopirēna līmeni iecienītajos gaļas kūpinājumos un grilējumos. Vislabāk gaļu būtu gatavot ar sautēšanas vai vārīšanas metodi, un tikai pa retam atļauties arī uzgrilēt.

Vai pieņēmums atbilst patiesībai?

Daudziem, tostarp bērniem, garšo tieši vistas gaļa. Lolita Neimane savā ārstes praksē bieži dzirdējusi vecāku teikto, ka šis produkts nav diez ko labs, jo vistās neizbēgami taču ir antibiotiku atliekas un augšanas hormoni. Vai šis pieņēmums atbilst patiesībai, pētījumā centusies noskaidrot Uztura speciālistu asociācija sadarbībā ar Zinātniski pētniecisko institūtu “Bior”. L. Neimane personīgi dažādos veikalos un tirgū iegādājusies astoņus dažādu ražotāju vistas nepārstrādātus gaļas paraugus. Kādi bija rezultāti? Tos komentējusi Latvijas Lauksaimniecības universitātes Veterinārmedicīnas fakultātes profesore Anda Valdovska. Secinājums: izvērtējot testēšanas pārskatus, ievērojot Eiropas Komisijas regulas prasības, redzams, ka putnu gaļai rādītāji nav pārsniegti, līdz ar to pārbaudītie produkti no zāļu atliekvielu viedokļa ir nekaitīgi izmantošanai pārtikā.

L. Neimane atzina, ka pēc šī pētījuma pati daudz biežāk iegādājas vistas gaļu un lieto uzturā, jo arī viņa iepriekš dzīvojuši pārliecībā, ka nez vai ar šo gaļu viss ir kārtībā. “Protams, tas bija viens pētījums, bet es kopumā uzticos mūsu pētniecības iestādēm,” atzina L. Neimane. Citi pētījumi pilnīgi droši apstiprina, ka sarkanās gaļas patēriņš uzturā ir saistīts ar paaugstinātu zarnu vēža risku. Tādēļ dietoloģes ieteikums – nedēļā lietot ne vairāk par 500 gramiem sarkanās gaļas, īpaši pievērsot uzmanību pārstrādātai, kūpinātai gaļai, kuras ražošanā izmantota sāls. Gaļas pārmērība saistīta arī ar daudziem pazīstamo podagru, un šīs slimības izplatība nemazinās.

Protams, sabiedrībā valda visai daudz maldīgu pieņēmumu. Kaut vai tāds, ka Latvijā pienu ražo no piena pulvera. Pilnīgi droši – tā nav!

Garšīgās pārļu grūbas

Pēdējā laikā plaši izskanējis Viļakas novada zemnieku saimniecības “Kotiņi” vārds, kas sevi uzskatāmi pieteikusi ar daudzveidīgu pašu audzētu lauku kultūraugu pārstrādes produkciju. Par viņu izmantotajām tehnoloģijām un procesu, kā produkti top, konferenču dalībniekiem stāstīja saimniecības īpašnieks ALDIS LOČMELIS. Viņš uzsvera, ka “Kotiņi” vispirms ir sēklaudzēšanas saimniecība, kas šim nolūkam izmanto vairāk nekā 2200 hektārus. Bet laba sēkla izdodas tikai ar ļoti prasmīgu un kvalitatīvu darbu, un viņu saimniecība to pierādījusi. Tā ir ne tikai prasmīga lauku apstrāde un kopšana, bet arī lauku 35 šķirņu uzglabāšana. Nokulto labību no lauka, kā uzsvera Aldis, atved un saber tīros bunkuros, kur tie uzglabājas līdz tālākai apstrādei. Izmanto dažādas līnijas un iekārtas, kas kaltē, tīra un pārstrādā. Krāsu šķirotājs, piemēram, atpazīst konkrēto izejvielu pēc formas un krāsas principa, līdz ar to attīra graudus no piemaisījumiem, pupiņas no nekvalitatīvajām un tamlīdzīgi. Saimniecība praktizē četras produktu pārstrādes līnijas: miežu, pupu, zirņu un kviešu pārstrādi. Viens no ejošākajiem produktiem ir miežu pārļu grūbas. To ražošanai izmanto konkrētu miežu šķirni. Graudus loba septiņas reizes, līdz dabū lielo grūbu, ko turpina apstrādāt, līdz sanāk trīs veidu pārļu grūbas. Process ir garš un darbietilpīgs, līdz ar to šis produkts nemaksā lēti.

400 hektāros saimniecība šogad pēc zaļināšanas metodes, neizmantojot augu aizsardzības līdzekļus, audzēja pupas. Arī tās pārstrādā, saražojot pupu proteīnu. Cilvēki nereti jautā, kā var izmantot šo produktu? Alda ieteikums, - likt klāt gaļai un cept kotletes, galarezultātā sanāks lētākas pusdienas. Bet vai šādu produktu savienošana ieteicama? Dietoloģe Lolita Neimane atbildēja, ka no zinātniskās puses nav nekādu iebildumu, cita lieta, ja kāds subjektīvi nepanes pākšaugus. Alda ieteikums bija arī, cept plānās pankūkas, rupjajiem kviešu miltiem pievienot porciju pupu miltu. Ja iepatiksies, pupu devu var palielināt.

Lolita Neimane piesauca kliju izmantošanu, ko tagad liek visur – cepumos, makaronos, maizē, saldējumos. Bet kā ir ar augu aizsardzības līdzekļu klātbūtni? Viņas jautājums “Kotiņi” saimniecībai bija, - vai kādreiz ir pārbaudīta ķīmisko atliekvielu klātbūtnē klijās? A. Ločmelis teica: “Varu atbildēt tā, ka tajos produktos, ko ražojam savā saimniecībā, tur nav šo līdzekļu atlieku. Mēs ievērojam augu maiņu, un nav nepieciešams lietot septiņas reizes augu aizsardzības līdzekļus. Taču tiesa, klijas mums nav pārbaudītas.”

Svarīgs jautājums

Uzsākot jauno mācību gadu, ar septembri skolās būs atļauta veģetārā ēdienkarte. Taču vienlaikus veģetāro ēdienkarti bērniem būs nepieciešams saskaņot ar uztura speciālistu vai dietologu, lai pārliecinātos, ka tā atbilst veselīga uztura pamatprincipiem un vecumam atbilstošām uztura normām. L. Neimane jautāja, - kā to domāts risināt? Veselības ministrijas parlamentārais sekretārs J. Trupovnieks atbildēja tā: “Ļoti interesants un aktuāls patiesībā jautājums. Cik cilvēku, tik tikumu un attieksmes pret ēdiena. Neapšaubāmi, ka šis ēdienkartes būs jāsapņo ar dietologiem un uztura speciālistiem, lai bērni, kuri izvēlas šādus ēdienus, saņemtu pietiekami daudz uztura un enerģijas vielu un lai neatpaliktu sporta nodarībās no bērniem, kuri ēd gaļu.”



Garšīgi! Konferenču laikā dalībniekiem bija iespēja nogaršot zemnieku saimniecības “Kotiņi” sarūpēto ēdienu – dažādi izvērtās pārļu grūbas.



Interesanta produkcija. Konferencē varēja iepazīties ar interesanti pasniegtu lauku mājsaimniecības gatavotu produkciju. Šīs skaistās piparkūkas, akcentējot skolas laiku, pagatavoja Irēna no Preiļu novada. Savukārt zemnieku saimniecība “Vilkači” no Riebiņu novada (foto) sarūpējusi saldumus, pagatavotus no dažādu ogu masas, kas aug pašu dārzā. Masu kaltē, pievieno garšvielas un sanāk aug rullīši. Šīs konfektes viņi realizē gan uz vietas, gan Rīgas veikalos. Konferenču laikā lielākais pieprasījums bija pēc viņu kāpostu čipsiem.

Dietoloģes ieteikumi



✓ Ēst mazāk sarkano pārstrādāto gaļu, jo dienā pilnīgi pietiek ar 50 gramiem gaļas.

✓ Biežāk izvēlēties putnu gaļu, zivis, kā arī augu valsts produktus.

✓ Der atcerēties par zarnu vēža, podagras, sejas izsitumu risku, kas saistīts ar gaļas pārmērīgu lietošanu.

✓ Nevajag domāt, ka gaļa ir pilna ar antibiotikām un augšanas hormoniem. Taču gatavo gaļu saudzīgi un garšīgi, bet grilējot vai kūpinot izvēlies atbilstošu temperatūru un nepilni taukus ugunī.

Lappusi sagatavoja M. Sprudzāne

Floristika

Klāt rudens – kāzu laiks

Šovasar daudzi sociālā tīkla "Facebook" lietotāji apbrīnoja DAINAS MEDINIECES krāšņo un gaumīgo kāzu noformējumu fotogrāfijas. Izrādās, viņa to dara jau ilgāk nekā desmit gadus.

"Kāzu floristika ir mans hobijs. Ar to vairāk aizraujos vasarās, kad draugi vai paziņas lūdz palīdzību viņu skaistās dienas noformēšanā. Ziedi man ir ne tikai hobijs, bet arī sirdslieta, prieka avots un veids, kā relaksēties," apgalvo Daina Mediniece.

Veidojot noformējumus, Daina seko aktuālākajām modes tendencēm, pieskaņojot tās pasūtītāju vēlmēm. Gatavošanos jaunā pāra lielajai dienai viņa sāk ar jautājumiem par krāsām, stilu, kāzu norises vietu, mīļākajiem ziediem u.c. Neizpaliek arī jautājumi par to, ko jaunais pāris noteikti nevēlas redzēt noformējumā, jo, piemēram, daži nepanes liliju smaržu, citiem nepatīk kādi konkrēti ziedi. Ir ļoti svarīgi *uztaustīt*, kas cilvēkam patīk un kas nepatīk, lai sasniegtu maksimāli labu rezultātu.

Daina labprāt noformē kāzas, kurās jaunais pāris uzdrošinās izmantot jaunākās modes tendences. Taču nereti tās ir grūti savienot ar kāzu vietas izvēli. Piemēram, tas, kas izcili izskatās senatnīgā šķūnī vai gaismas pielīdusā siltumnīcas tipa ēkā, pavisam citādi izskatās viesu namā. Tālab floristam ir uzdevums atrast pareizo noformējuma risinājumu.

Kad viss ir saskaņots un izdomāts, bet jaunais pāris pēc daudzām sarunām un tikšanās reizēm kļuvis tik tuvs kā pašas bērni, sākas praktisks darbs. Baznīcā, kur notiek laulību ceremonija, visbiežāk tiek rotāts altāris, solu gali un centrālā ieeja. Banketa vietā prasti tiek veidots noformējums griestiem, viesu galdiem, jaunā pāra galdam un sēdvietām. Populāri ir arī romantiski stūriši, saldumu galdi un fotostūriši. Īpašu uzmanību Daina veltī līgavas pušķa izveidei un kāzu auto rotāšanai. Filigrānu darbu prasa līgavas matu rota, līgavaiņa un vedējta piespraude un vedējmātes rokassprādze. Daudzi izvēlas arī interesanti noformētu gredzenu pamatni.

Neierēķinot laiku, kurā kāzu noformētāja izsapņo, skicē idejas, plāno, piemeklē un iegādājas materiālus un uzmeistaro sagataves, kāzu rotāšana ilgst pusotru diennakti *nonstopā*. "Paldies ģimenei un draudzenēm, kuri bieži atsteidz palīgā," saka floriste. Pēc ilgstošā un saspringtā darba nogurums ir liels, tomēr, dzirdot patiesa prieka pilnas atsauksmes, Daina izjūt gandarījumu: "Man ļoti patīk redzēt prieku cilvēku acīs. Patīk radīt, likt lietā talantu, kuru Dievs man ir dāsnī piešķīris. Tas ir dots, lai kalpotu cilvēkiem."

Apmeklējot kvalifikācijas celšanas kursus un sociālajos tīklos sekojot pasaules vadošajiem floristiem, Daina uzmanīgi seko jaunākajām tendencēm, dažas no tām atklājot arī mūsu lasītājiem. Piemēram, ja kādreiz līgavas pušķis bija kompakts, ļoti precīzas formas, tad tagad tam jāizskatās dabiskam, it kā nejauši saliktam sakārtojuma, kurā izcelts katrs zieds un pievienots liels daudzums zaļumu, piemēram, eikalipta zaru. Iepriekšējā sezonā kopā ar citiem ziediem bija populāri izmantot noformējumā un līgavas pušķos sukulentus, piemēram, saulrietenes. Šīs vasaras vispopulārākās puķes līgavas pušķī bija peonijas. Protams, arī rozes. Daudzas līgavas izvēlas tieši peonijrozes. Pušķis šobrīd ir jāveido gaisīgs, ar dažāda garuma ziediem, lai tas neizskatītos pārāk smagnējs, bet tanī pašā laikā saglabātu formu. "Šķiet – kas tur grūts? Vienkārši saliec ziedus bez vērības. Taču patiesībā, lai izskatītos gaumīgi un kompozicionāli pareizi, to izdarīt ir diezgan sarežģīti," skaidro Daina. Viņa atklāj, ka šoruden līgavas pušķiem modē būšot dārza ziedi, īpaši dālijas. Vēl šobrīd ir populāra eksotiska un samērā reta puķe proteja, kas atgādina karaļa kroni. To parasti ievieto līgavas pušķa centrā. "Atdzimst arī tādās puķes kā nelķes un krizantēmas, ko kādu laiku uzskatījām par nedaudz vecmodīgām," piebilst floriste.

Daina stāsta, ka šobrīd ļoti populārs ir botaniko stils, kurā puķu pušķus, galda kompozīcijas un piekaramos dekorus veido tikai no dažādiem zaļumiem, izmantojot neziedošus augus.

Ierasto, gludo atlasa lentišu, ar ko kādreiz sēja līgavas pušķus, vietā nākušas platas, saburzītas auduma lentas ar spurainām malām vecinātos toņos, piemēram, vecrozā, dzeltenīgi baltā vai kādā no pasteļtoņiem. Turklāt ziedu pušķa kātiem tās apsien, neveidojot pušķi, bet ļaujot brīvi nokarāties.

Populāri ir arī rustikas un vintāžas (*vintage*) stili kāzu noformējumā. Bieži tiek izmantotas vecas lietas, piemēram,



Moderna tendence. Šo līgavas pušķi Daina veidoja neregulārā formā, izmantojot daudz zaļumu.



Jaunā pāra auto. Automašīnu rotai ir svarīgi, lai ziedu kompozīcija atkārtu tās formas galvenās līnijas.



Arka. Šovasar kādās kāzās Daina izveidoja fotostūrieti no dažāda izmēra baloniem, kas sastiprināti ar speciālu saistvielu, pievienojot tiem zaļu augu elementus, baltus papīra ziedus un gaismas elementus.

vecas un senatnīgas mēbeles, kā arī vecināti elementi. Mainījušies ne tikai ziedu kārtotāņu paņēmieni, bet arī galda salvešu locīšanas veidi. "Ja agrāk no tām veidoja vēdeklišus vai citādi interesanti salocīja, tad tagad modē vienkārši salocītas salvetes, ko liek uz vai zem šķīvja, galu pārliecot pāri galda malai. Citādāk izskatās arī galda kartes. Agrāko divpusējo vietā tās kļuvušas par vienusējām taisnstūra formas atklātnēm, ko uzliek uz šķīvja un salvetes, dažkārt pievienojot kādu eikalipta zariņu vai ziedu.

Modes piedāvājums kāzu noformējumā šobrīd ir ļoti bagātīgs. Piemēram, ierasto krēsla galu noformēšanu ar bantēs sasietaim lentēm nomainījuši dažādu stilu, krāsu un izmēru krēslu bez rotājumu. Tie, kuri vēlas kaut ko ekstrēmāku,



Banketa telpa. Noformējot galdus, Daina izmantoja augstas vāzes, kurās ievietotas gaismiņu virtenes. Savukārt ziedu pušķis darināts no ģipsofilu un hortenziju salikuma.



Klasiskā romantika. Kāda topošā sieva šovasar izvēlējās peoniju un rožu pušķi maigi rozā un baltās krāsās.

noformējumam izvēlas kaktusus, ragus un citus neparastus aksesuārus. Modes mākslinieki līgavas kleitām iestrādā melnas detaļas, tas šobrīd ir aktuāls akcents.

Viena no tendencēm ir dzīvo ziedu izmantošana ēdienu un kāzu tortes dekorēšanai. Populāras tā saucamās 'kailās kūkas' - vairākstāvu tortes, kurām it kā nevēriģi uzklāts krēms un rotājumiem izmantoti grieztie ziedi un augi. "Modē nāk arī lauku tortes, tādas kā agrāk cepa vecmammās," stāsta Daina. Viņa atklāj, ka populārs rotājums ir mežgļojumi. Šogad modē kapara krāsas trauki, galda piederumi, svečturi un citi metāla elementi šajā krāsā. Aktuāli ir kontrasti, piemēram, kad līgava fotogrāfijas uz sarūsējuša kuģa fona vai vecas ēkas fona. Uz raupjā fona labi izceļas jaunā pāra tēli.

Arī mums ierastā romantika nekur nav zudusi. Līgavas pušķa noformējumā joprojām nereti izmanto rozes, visbiežāk sniegbaltas. Lai panāktu gaisīgumu, vienā pušķī kombinē vairāku veidu un izmēru rozes. Daina apgalvo, ka klasiski romantiskais stils, kas nedaudz atsvaidzināts ar kādu modernāku elementu, joprojām ir vispopulārākā izvēle mūsdienu kāzniekiem.

Lappusi sagatavoja I.Tušinska

Kā vērtējat faktu, ka turpmāk izglītības iestādēs būs iespēja izvēlēties arī veģetāros ēdienus?

Viedokļi

Esam gatavi jauniem izaicinājumiem



DZINTRA SPRUDZĀNE, uzņēmuma "Sen-da Dz" valdes priekšsēdētāja

Līdz šim nekādu informāciju par izmaiņām vēl neesam saņēmuši, taču 18. septembrī dosimies uz Rīgu, kur Zinātņu akadēmijā notiks

seminārs par visiem jauninājumiem, kas paredzēti šajā mācību gadā. Šobrīd strādājam pēc Ministru kabineta noteikumiem, kurus esam izpildījuši labā līmenī. Tāpēc, ja turpmāk bērnam būs iespēja izvēlēties ēdienkarti, esam gatavi darīt to, kas valstī noteikts. Kaut gan arī šobrīd skolās ir bērni ar veselības traucējumiem, kuri neēd visu, ko vairums citu skolēnu. Pēc ģimenes ārsta izraksta kopā ar skolas medmāsu veidojam ēdienkarti skolēniem, kuri neēd piena, miltu produktus, kuri nedrīkst lietot uzturā saldumus vai gaļu.

Ja izmaiņas būs, tās noteikti vajadzēs saskaņot ar skolas vadību, lai mainītu ēšanas grafiku. Tas tādēļ, ka ar mazākiem bērniem nav tāpat kā ar lielākiem - skolēni nenāk rindās kārtībā un neizvēlas ēdienu. Viņiem pēc atbilstoši izveidotas ēdienkartes, kas redzama skolā pie ziņojumu dēļa, pasniedz kompleksās pusdienas. Kā vispār bērni ēd? Dažādi. Ir tādi, kuri pusdienas ēd ļoti labi, un ir bērni, kuri nav raduši pie sagatavota ēdiena, bet tā vietā labāk izvēlas kaut ko, ko var garāmskrienot ātri nopirkt veikalā. Taču kopumā tomēr gribētos teikt, ka ēd labi. Piemēram,

Balvu pamatskolā jau direktores Māras Pimanovas laikā bija ieviests, ka skolotāji pusdienlaikā pievērs ļoti lielu vērību bērniem un tam, kā viņi ēd, kā pēc pusdienām atstāj ēdamzāli. Jo pusdienas tomēr ir Dieva dota dāvana, un maizīte, kas uzlikta uz galda, tāpat. Jau no pašiem pirmsākumiem skolās istenojam arī augļu un piena programmas, par ko saņemam pateicības vārdus. Lai bērni saņemtu pēc iespējas labākus un kvalitatīvākus produktus, sadarbojamies ar vietējiem zemniekiem - iepērkam vietējos kartupeļus, dārzeņus, augļus, strādājam ar vietējām kautuvēm, pienu iepērkam ar zaļās karotītes kvalitātes zīmi. Valstī šobrīd ir uzstādījums, ka bērnam ēdiens jāgatavo ar joda sāli - arī to mēs darām. Bet, protams, ir jāskatās summa, kādu valsts atvēlējusi vienām pusdienām skolēnam. Šobrīd tā ir 1,42 eiro, kas, godīgi sakot, nav pietiekami, lai sagatavotu kvalitatīvu ēdienu. Jau sen gatavošanas procesā skolās neizmantojam margarīnu, siera, krējuma izstrādājumus, zivju pusfabrikātus (piemēram, zivju pirkstiņus). Nestrādājam arī ar gatavu malto gaļu, jo gribam redzēt, no kā tā samalta.

Mums svarīgi, lai bērni saņemtu kvalitatīvus un augstvērtīgus produktus, bet līdz ar to arī cenai jābūt adekvātai.

Katrā ziņā esam gatavi jauniem izaicinājumiem - pielāgosimies un darīsim visu, lai mūsu bērniem viss garšotu. Ja skolēns nevēlēties ēst gaļu, parūpēsimies, lai viņa pusdienu šķīvi būtu tikpat gards ēdiens bez gaļas. Turklāt pricē, ka arī skola ļoti daudz dara, lai bērniem iemācītu, ka pasniegtais ēdiens jānovērtē. Ir jāzina, ko mēs ēdam un kādēļ to darām.

Fakti

- Lai pieprasītu veģetārisku ēdienu, pietiek tikai ar vecāku iesniegumu izglītības iestādei, NAV nepieciešama speciālista zīme.
- Veģetārieši uzturā lieto tikai augu valsts produktus, sēnes, medu, bet atsakās uzturā lietot visa veida dzīvnieku gaļu, arī zivis, vēzveidīgos. Ēdienu, kas gatavots dzīvnieku produktos - gaļas buljoni, dzīvnieku tauki.
- Laktoveģetārieši uzturā lieto piena produktus. Ovoveģetārieši uzturā lieto olas. Vegāni uzturā lieto tikai augu valsts produktus un sēnes.
- MK jaunie noteikumi paredz laktooveģetāru ēdienu.

Gribas iesaukties - beidzot!



SANITA LOČMELE, bijusi balveniete, vegāne, dzīvo Zviedrijā

Lai arī pati nedzīvoju Latvijā, citīgi sekoju interesei par veģetāru un vegāniska uztura attīstību sabiedrībā. Pēdējo gadu laikā arvien vairāk cilvēku, tajā skaitā arī skolas vecuma jaunieši, izvēlas ēst veģetāri vai vegāniski. Beidzot! Gribas iesaukties! Beidzot valdība pieņemusi vienu sakarīgu lēmumu! Jaunie MK noteikumi ir solis uz izglītotāku, fiziski veselāku un apzinīgāku sabiedrību, kas rūpējas par savu veselību, dzīvnieku labklājību un dabas

piesārņojuma mazināšanu. Gan Eiropas, gan Pasaules veselības veicināšanas organizācijas ir atzinušas, ka sarkanā (liellopa) gaļa un pārstrādāti dzīvnieku gaļas produkti (cūkas, vistas, liellopa desas, cisiņi, šķiņķi, kupinājumi utt.) ir kancerogēni, un iesaka atteikties no to ēšanas. Mazinoties pieprasījumam pēc gaļas, mazināsies dzīvnieku audzēšana pārtikas realizācijai, tādējādi samazinot lielo fermu īpatsvaru, kurās dzīvnieku turēšanas apstākļi ir kritiski. Mūsdienās dzīvnieku produktu ēšana vairs nav izdzīvošanas jautājums vai vienīgais sārtīga kumos gabals. Veģetārs un vegānisks ēdiens kļūst arvien populārāks, daudzveidīgāks.

Uztura kultūra veidojas mājās. Bērns kopš pirmās patstāvīgās ēdienreizes ēd to, ko vecāki uzskata par pareizu uzturu. Ja vecāki paši ēd speķmaizi, desmaizi un kotleti trīsreiz dienā un sniedz to jaunākajiem ģimenes locekļiem, tad arī bērns pieņem to par pareiza uztura pamatu. Ja gaļa ieņem galveno lomu uz šķīvja, dārzeņiem, graudaugiem un pākšaugiem paliek pavisam maz vietas. Samazinot gaļas produktu klāstu un biežumu savā ēdienkartē, ir iespēja palielināt dārzeņu, pākšaugu, graudaugu, sēklu un riekstu porciju ikdienas maltītē. Uztura speciālisti visā pasaulē atzinuši, ka sabalansēts veģetārs/vegānisks uzturs ir pilnvērtīgs un nerada veselības problēmas. Tieši pretēji - uzturā pārsvarā lietojot dārzeņus, augļus, pākšaugus, samazinās risks uzņemt lieko ķermeņa svaru, tas mazīna aptaukošanās risku, veido veselīgu izpratni par uzturu, kas ir pamats bērnu pilnvēr-

tīgai, veselīgai attīstībai, kā arī mazīna risku saslimt ar sirds un asinsvadu slimībām, paaugstināta holesterīna izraisītām problēmām, diabētu nākotnē. Ģimenes, kuras dažādu iemeslu dēļ nevēlas lietot gaļu vai vēlas lietot to retāk, tagad varēs likumīgi pieprasīt to arī izglītības iestādēs un aprūpes organizācijās.

Ēdināšanas uzņēmumiem šobrīd būs brīnišķīga iespēja papildināt savas zināšanas veģetāru ēdienu gatavošanā. Īpaši tas attiecas uz uzņēmumiem, kuri apkalpo skolas un bērnu dārzus. Bērni visbiežāk ēd ar acīm - ēdiena pasniegšanas veids bieži vien nosaka, vai ēdiens vispār tiks pagaršots. Pārvarēti, bezgaršīgi dārzeņi vai makaroni krējuma mērces plūdos diezin vai radīs interesi ēst veģetāru ēdienu. Bet griķu kotletes, pupiņu plāceniši vai turku zirņu burgeris ar kartupeļu biezeni, makaroniem, grūbām, svaigiem dārzeņiem, marinētu dārzeņu salātiem un mērci, indijas garšvielām bagātinātu lēcu sautējums vai dārzeņi kokosriekstu pienā ar rīsiem - gan. Nedēļas pusdienu ēdienkarte gatava! Veģetārs ēdiens ir garšīgs, daudzveidīgs, uzturvielām bagāts. Tas dara labu cilvēka veselībai un mazīna cietsirdīgo izturēšanos pret dzīvniekiem. Un tas nebūt nemaksā dārgāk kā gaļu.

Es, mans partneris un mūsu divi bērni esam vegāni jau četrus gadus. Pirms tam bija pārejas laika posms, kad ēdām veģetāriski - olas un piena produktus, izslēdzot zivju un citu dzīvnieku gaļu. Mūsu uzturs balstīts tikai uz augu valsts produktiem, mēs tiecamies neizmantojot dzīvnieku valsts produktus (vilnu, ādu, vasku,

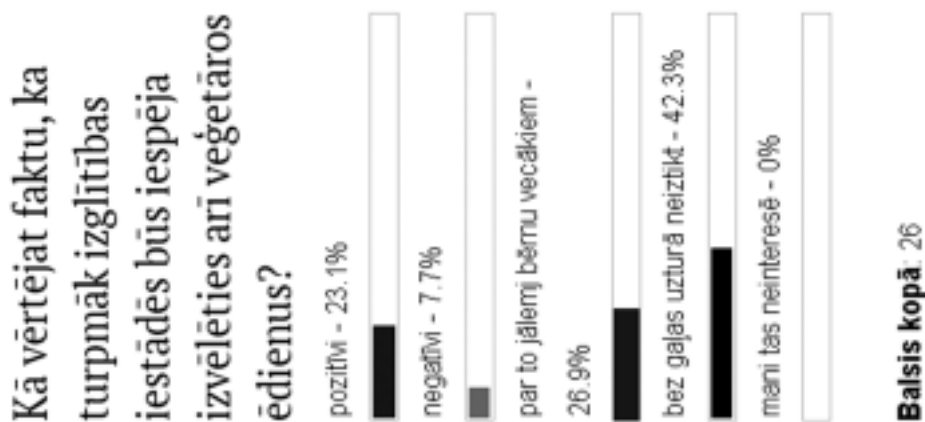
zīdu, medu u.c.) savā ikdienā. Zviedrijā veģetārisms ir ļoti izplatīts, tāpat arī vegānisms. Iedzīvotāji ir izglītoti un neuzskata, ka veģetārisms/vegānisms būtu kaut kas sliktas. Katram ir iespēja izvēlēties, ko lietot uzturā. Mūsu bērniem bērnu dārzā ir vegānisks uzturs, viņi ir divi bērni ir veģetārieši. "Salātu bārs" kopīgs visiem bērniem un darbiniekiem, kur tiek pasniegti dažādi svaigi un marinēti dārzeņi, bērni izvēlas sev tīkamāko ēdienu. "Siltais ēdiens" parasti tiek gatavots līdzīgs: ja pusdienās ir kartupeļi ar kotleti, tad visēdājiem pasniedz gaļas kotleti, veģetāriešiem un vegāniem - pupiņu kotleti, makaroni ar gaļas un dārzeņu mērci/makaroni ar lēcu un dārzeņu mērci. Ja pasniedz gaļas desas, tad maniem bērniem būs sojas gaļas desa utt. Ja paredzēta mērce, tā tiek gatavota uz auzu piena bāzes. Ļoti bieži ēdienreizēs iekļauti falafēļus - ēdināšanas uzņēmumiem pateicīgu produktu. Tas ir viegli gatavojams, lēts un var sasaldēt, pie tam garšīgs un uzturvielām bagāts. Saldie ēdieni zviedru bērnu dārzos netiek popularizēti, tā vietā pasniedz augļus. Savukārt priekšpusdienu uzkodā un launagā parasti ir augļi, jogurts vai sviestmaize. Maniem bērniem pasniedz auzu, kokosriekstu vai sojas jogurtu, uz maizes uzsmērē uz augu valsts bāzes radītu margarīnu (olīveļļa, rapšu eļļa) un klāt dārzeņi (tomāts, gurķis, paprika). Ēdināšanas uzņēmuma aprūpē ir ne tikai mūsu bērnu dārzos, bet arī citas mācību iestādes un pensionāti.

Viedokļus uzklusija S.Karavoičika

Re, kā!



Aptaujas rezultāti "Vaduguns" mājas lapā www.vaduguns.lv



Darbi septembrī

Rudens sākums 23.septembrī
plkst. 04.54

☀ Zālienu turpinām regulāri un pareizi pļaut. Rūpīgi sekojam mitruma apstākļiem augsnē - diezgan droši, ka mitruma augsnē ir pietiekami un laistišana uz laiku jāpārtrauc pavisam. Zāliena mēslošanai jālieto minerālvielu sastāvs, kam slāpekļa sastāvs ir minimāls, taču kālija saturs palielināts, piemēram, NPK 5:10:25 vai NPK 5:20:20 - tas palīdzēs zālienam nobriest un pareizi gatavoties ziemai. Septembris ir ideāli piemērots jauna zāliena ierīkošanai - laiks vēl ir pietiekami silts, nokrišņu salīdzinoši daudz un ir pietiekami laika, lai zāliens pienācīgi paaugtos līdz ziemai. Ieteicams pēdējo sēju veikt ne vēlāk kā 15.septembrī, taču, ja rudens garāks, var arī vēlāk - svarīgi, lai jauno zālienu paspēj vismaz trīs reizes nopļaut!

☀ Piemērots laiks skuju koku stādīšanai - īpaši dzīvžogus. Rimstoties vasaras svelmei, koku audzētāji piedāvās kailsakņu stādus no lauka par pievilcīgām cenām. Līdz ziemai jaunie kociņi paspēs iesakņoties.

☀ Pēdējo reizi šogad jācērpj regulāri veidojamie dzīvžogi.

☀ Augusta beigās sāka ziedēt virši. Jūsu dārzs tikai iegūs, ja tajā atvēlēsiet vietu viršiem. Stādu audzētāji un tirgotāji ir parūpējušies par šķirņu daudzveidību. Viršu stādījumu droši papildiniet ar ērikām. Tām ir šķirnes, kas zied pavasarī, un ir tādas, kas vasaras nogalē un rudenī. Pārdomāta šķirņu izvēle ļaus iegūt nemitīgi mainīgu, pārsteidzošu paklāju.

☀ Tāpat - piemērots laiks rododendru stādīšanai. Tik plašas šķirņu izvēles - tai skaitā Latvijā radītu un izlolu, nebūs nekur citur!

☀ Ziedošo lapu krūmus (spirejas, čužas u.c.) apgriezām pēc ziedēšanas, lai līdz nākamajai ziedēšanai tās izveidotu jaunus dzinumus un lai dārzs arī miera periodā izskatītos sakopts. Apgriežot nevajadzētu nogriezt vairāk kā 1/3 daļu krūma.

☀ Sākoties lapkritim, jāsavāc visas lapas. Slimības skartās lapas jāiznīcina.

☀ Mulčējam dobes - tas daudziem augiem ļaus komfortablāk pārziemot. Piemēram, noteikti vajadzētu mulčēt rododendrus. Šiem augiem ir sekla sakņu sistēma, un mulča kalpo kā *papildus sega*.

☀ Turpinām dalīt un pārstādīt ziemcietes. Atjaunojot stādījumus, ir vērts tos papildināt ar jaunām skaistulēm!

☀ Turpinām rūpēties par vasaras puķēm - laistām, mēslojam, izgriezām noziedējušos ziedus. Sagatavojam agrotiklu vasaras puķu sargāšanai no pirmajām salnām. Daļēji atjaunojam kompozīcijas, krāšņumu zaudējušās nomaiņot, piemēram, ar mārtiņrozēm vai zemajām ziemasterēm, vai tām pašām asterēm. Veidojam rudenīgas kompozīcijas traukos un kastēs.

☀ Rozēm regulāri izgriezām noziedējušos ziedus, sekojam līdz un vajadzības gadījumā apkarojam sēnišu izraisītas slimības. Slimības skartās lapas savācam un sadedzinām (noteikti neizmantojam kompostā).

☀ Noteikti neaizmirstam par sīpolpuķēm. Ir sācies to stādīšanas laiks, kas turpināsies līdz pat oktobra vidum. Pirmās stāda agri pavasarī ziedošās sīpolpuķes - sniegpulkstenītes, zilsniedzītes, musakres u.c. Septembrī pēc noziedēšanas ziemai palīdz sagatavoties gladiolām. Ja laiks ir pietiekami silts, sīpolu izrakšanu var atlikt līdz oktobra sākumam. Vismaz pāris nedēļas pirms izrakšanas ir jāapgriež visi ziedneši un lapas 20 cm augstumā. Ideāli, ja pēc apgriešanas līdz izrakšanai ir vismaz 20 - 30 dienas. Jo ilgāk sīpols briest, jo labāk tas sagatavojies ziemošanai. Nepietiekami nobriedis sīpols ziemā vītīs, kaltīs, iespējams, aizies bojā.

☀ Vācam sausziēdas ziemas kompozīcijām telpās.

☀ Rudenī ielabojam augsni nākamā gada stādījumiem. Izmantojam kompostu, bioloģisko mēslojumu, ja tāds ir pieejams.

☀ Sākam gatavot diķi ziemai. Rudenī galvenās ūdens piesārņotājas ir lapas. Ja ūdens tilpne nav liela, to var pārklāt ar tīklu vieglākai lapu savākšanai. Dekoratīvos augus, kas aug ūdens tilpnes tuvumā, vēlams apkopt līdz lapu nobiršanai. Var retināt pārlietu saugušos ūdensaugus. Lakstus nogriežam, bet saknes izrokam ar lāpstu vai izgrābjam ar grābekli.

Laika zīmes

Kādu laiku gaidīt septembrī?

Ticējums par septembra pirmajām dienām vēsta: ja patikams Miķeļu mēneša sākums, būs jauks rudens. Ja septembris silts, tad ziema vēla un ziemā maz sniega. Ja Silu mēnesis miglains, marts būs sniegains.

Septembra sākumā jāvēro koki. Ja bērzam pirmajam sāk krist lapas - būs mitrs rudens. Ja ievai - būs sauss rudens. Šogad pirmā krāsojas un no lapām sāk atbrīvoties ieva. Tas liecina, ka kopumā rudens būs vairāk sauss nekā mitrs. Uz salīdzinoši sausu rudenī norāda meža pilādži, kuriem maz ogu, un lazdas, kuras ne visai bagātas ar riekstiem. Toties ozoliem ir zīles un rādās būt bagāta apiņu raža. Tā ir zīme, ka ziemā būs gan aukstums, gan sniegs. Agra svīru aizlidošana (pirms Labrenča -10.augusts), jauno stārķu izlidošana un Bērtuļos (24.augusts) lidojošās dzērves norāda, ka ap Katrīnām (25.novembris) var sākties ziema.

Laika apstākļi nozīmīgās dienās pagājušajā janvārī, martā un augustā liecina, ka septembris gan temperatūras, gan nokrišņu ziņā būs tuvu normai, bet drusciņ siltāks un sausāks nekā parasti.

Septembra pirmā puse rādās būt mēreni silta, pārsvarā saulaina, sausa un ar īslaicīgiem nokrišņiem. Naktis šim gadalaikam atbilstoši siltas un bez rudens salnām. Laikā ap Mazo Māru (8.septembris) dažās dienās temperatūra var

paaugstināties līdz +22, +24°C. Dažviet, siltajām dienām aizejot, var ducināt arī pārkons.

Mēneša vidū laika apstākļi mainīgi. Vairāk mākoņu un dienu ar nokrišņiem. Dienas un naktis kļūs vēsākas. Dienās ap +13, +15°C. Skaidrās naktīs vietām var būt arī pirmās salnas, īpaši laikā ap 17. un 21.septembri (Rudenāji).

Septembra otrajā pusē laika apstākļi nepastāvīgi. Dzelzu nedēļā (no 22. līdz 29.septembrim) temperatūra dienās ap +13, +18 grādiem. Šajā laikā vairāk vējainu dienu, nokrišņi īslaicīgi, bet bezvēja skaidrajās naktīs dažviet nelielas rudens salnas. Laikā ap Miķeļiem (29.septembris) līdzīgi. Vēlāk dažviet īslaicīgi lietus, bet salīdzinoši silts. Dienā temperatūra var paaugstināties līdz +18, +20 grādiem. Arī oktobra pirmajā pusē, laikā līdz Vecajam Miķelim (12.oktobris), drēgns un nemīlīgs rudens vēl izpaliks, lai gan dienas kļūs vēsākas un naktis - krietni dzestrākas.

Saulainu septembri vēlot, VILIS BUKŠS



Der zināt

Peoniju dalīšana un pārstādīšana

Vienā vietā bez pārstādīšanas peonijas var augt 30 - 50 un vairāk gadu, un to krāšņums nemazinās. Tomēr reiz pienāk laiks tās dalīt un pārstādīt. Kā to darīt pareizi?

Ja peonijas audzē pavairošanai, tās jādala trešajā - ceturtajā gadā, kad mātesaugam ir vismaz septiņi stublāji, jo tad iegūstami vislabākie jaunstādi. Dāļi tie nevieta nelūzīs, nesabirs sīkos stādīņos, kuri ilgi jāataudzē. Lai padalītos ar kaimiņu, peonijas var dalīt un pārstādīt 6-7 gadu vecumā. Desmitgadīgu ceru grūti sadalīt, jo saknes ir sačemuropjušas - tādas kvalitatīvi sadalīt var neizdoties.

Paredzētājā vietā vispirms jāveic augsnes analīze, lai zinātu, ko augsnei nepieciešams pievienot optimālai puķu augšanai. Augsnes sagatavošana jāveic ne vēlāk kā divas nedēļas pirms stādīšanas. Peonijām saknes aug gan horizontāli, gan dziļumā. Tās ir raktas pat no 90 cm dziļuma, tāpēc stādāmā bedre jāgatavo vismaz 70 cm dziļa (divu lāpstu dziļumā) un apmēram metru diametrā, ja stāda vienu ceru. Ja veido grupu vai rindu, augsne minētājā dziļumā jāgatavo visā platībā. Piemērota smilšmāla augsne ar neitrālu pH 6,5-7. Peonijas būs pateicīgas par kārtīgu, labi nobriedušu, kvalitatīvu (bez ēdienu - iepuvušu ābolu, gurķu - palieku piedevām) kūtmēsli devu - vismaz spaini uz stādu. Ja nav iespējams tādus dabūt vai ir šaubas par kvalitāti, jo var izraisīt pelēko puvi, jāpērk dārkopības veikalos kūtmēsli aizstājējs. Ja augsne ir smilšaina, nepieciešams tai pievienot mālus, kuri jāņem no sastrādātās, mālaines aramkārtas. Tas būs daudz lietderīgāk nekā ģeotekstila iekļāšana augsnes slāņu atšķiršanai, kas būtībā ir lieks darbs.

Peoniju stādīšanai piemērots laiks ir no septembra vidus līdz oktobra vidum. Peonijas sakņojas visu ziemu, ja augsne nav sasalusi. Ja šovasar karstajā, sausajā laikā peonijas nav laistītas, tām augšanas laiks beidzies jau augustā, tāpēc

pārstādīt un dalīt tās var jau septembra sākumā. Optimālais stādīšanas dziļums ir 4-5 cm, ja atjaunošanās pumpuri uz sakneņa ir vienādā augstumā. Ja tas ir dažādos līmeņos, augšējie var būt 2-3 cm no augsnes



virsma. Lai gan peonijas iztur kailsalu, ja sekli iestādītiem ceriem siltos rudenos ir parādījušies dzinumi, tie jāpiesedz. Stāda ceru no cera 1-1,2m attālumā, lai mitrā laikā nerosinātu pelēkās puves attīstību.

Pirmajos divos gados pēc dalīšanas peonijas saaudzē sakņu sistēmu, tādēļ pirmajā augšanas gadā tām nedrīkst ļaut ziedēt. Arī otrajā gadā drīkst uzplaukt tikai viens vai divi ziedi, kas jānogriež, lai priecētu vāzē.

Kas liecina, ka laiks pārstādīt?

Pamatots iemesls pārstādīšanai - vāja ziedēšana vai nezied, ko izraisa kāds vai pat dažādu faktoru komplekss.

✓Nepareiza vietas izvēle - nedrīkst peonijas stādīt koku un krūmu vainaga un sakņu zonā. Stiprā noēnojumā peoniju stublāji stīdz, ir tievi, ziedēšana vāja vai nezied vispār. Saulei jāapspīd peoniju krūms vismaz 5-6 stundas, turklāt rīta pusē. Noēnojumā tās pacietīs tikai pēcpusdienā.

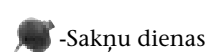
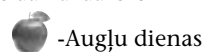
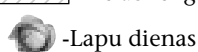
✓Augsts gruntsūdens līmenis - tas nedrīkst būt augstāks nekā 1,50 metru no zemes virsmas, nedrīkst stādīt vietās, kur uzkrājas lietus un sniega kušanas ūdeņi.

✓Nepietiekams barības vielu daudzums - peonijām ir bagātīgs lapojums, lieli ziedi. To attīstībai katru gadu nepieciešams augu piebarot ar minerālmēsliem.

Dārza darbu kalendārs septembrī

P		3	D	10	J	17	St	24	Z
		Dilstošs mēness 05.37				Augošs mēness 02.14			
O		4		11	Sv	18	M	25	A
T		5		12	Vz	19		26	
C	Pilnmēness no 26.augustaa	6		13	Sk	20		27	
P		7		14	L	21	Ū	28	V
S	1	8		15	St	22		29	D
Sv	2	Jauns mēness 21.01		16	J	23	Z	30	

-nelabvēlīgs laiks dārza darbiem



Izmantotie materiāli: interneta portāli

Lappusi sagatavoja D.Dimitrijeva

Aktuāli

Cik drošas ir mūsu izglītības iestādes?

Kad televīzijā skatāmos notikumus Amerikas Savienotajās Valstīs, kur izglītības iestādē notikusi kārtējā apšaušana ar skolēnu upuriem, šausmināties: “Cik ekonomiski spēcīga valsts, bet par drošību un kārtību, turklāt izglītības iestādēs, nespēj parūpēties.” Latvijā drošība izglītības iestādēs tiek organizēta saskaņā ar 2009.gada 24.novembra Ministru kabineta noteikumiem “Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”.

Ievēro normatīvo aktu prasības

“Balvu novada izglītības iestādēs šim jautājumam vienmēr pievērsta liela vērība,” saka Balvu novada Izglītības, kultūras un sporta pārvaldes vadītāja INTA KAĻVA. Izglītības iestādēs ne retāk kā reizi mācību gadā organizē apskates, lai novērtētu izglītības iestādes atbilstību drošības prasībām, ko apliecina atbildīgās uzraudzības institūcijas (Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests un Veselības inspekcija), izstrādā izglītojamo drošību reglamentējošus aktus (kārtības, drošības noteikumus, izglītojamo uzvedības noteikumus, evakuācijas plānus u.c.), kā arī nodrošina un kontrolē to ievērošanu. Izglītības iestādes organizē izglītojamo drošības pasākumus izglītības iestādē un tās rīkotajos pasākumos, kā arī gadījumos, ja izglītojamais apdraud savu vai citu personu drošību, veselību vai dzīvību. Iestāde plāno un organizē izglītojošus pasākumus par izglītojamo drošību, tostarp vardarbības un ievainojumu profilakses jautājumos, ziņo pašvaldības policijai vai Valsts policijai, ja ir saņemta informācija vai rodas pamatotas aizdomas par alkohola, narkotisko, toksisko vai psihotropo vielu, gāzes baloniņu, gāzes pistoļu un šaujamieroču neatļautu iegādāšanos, lietošanu, glabāšanu, realizēšanu, kā arī pamudināšanu tos lietot izglītības iestādē vai tās teritorijā. Iestāde nodrošina, lai tās telpās netiktu ienesti un demonstrēti ieroči, munīcija vai speciālie līdzekļi, izņemot gadījumus, kas saistīti ar akreditētas izglītības programmas īstenošanu un saskaņā ar Valsts policijas atļauju paredzētas nodarbības ar šaušanu saistītos sporta veidos vai tiek īstenotas jaunsargu vai militārās apmācības programmas.

Lai nodrošinātu nepiederošu personu iekļūšanu iestādē, skolās ir dežuranti, kuri stingri fiksē katru skolas apmeklētāju. Pirmsskolas izglītības iestādēs ārdurvis ir slēgtas, Balvu pilsētas bērnu dārzos durvis aprīkotas ar kodu atslēgām.

“Balvu novada pašvaldībā noslēgts līgums ar uzņēmumu SIA “Sertifikācijas centrs”, lai iestādēs atbilstoši normatīvo aktu prasībām nodrošinātu civilās aizsardzības, ugunsdrošības un darba aizsardzības normas. Skolu pieņemšanā pārliecinājamies, ka izglītības iestādes ievēro normatīvo aktu prasības, ir skolēniem drošas,” apliecināja I.Kaļva.

Drošība 24 stundas diennaktī

Balvu Profesionālā un vispārīzglītojošā vidusskola ir viena no tām, kur, sākoties mācību gadam, skolas kolektīvs ir atbildīgs par izglītojamajiem 24 stundas diennaktī. Skolā mācās skolēni no citiem novadiem. Viņi uzturas skolas dienesta viesnīcā. “Drošība izglītības iestādē ir ļoti būtiska, lai izglītojamie un darbinieki varētu justies droši gan skolas telpās, gan ārpus tām. Tieši tāpat arī izglītojamo vecāki vēlas, lai viņu bērni mācītos drošā vidē,” saka skolas direktore BIRUTA VIZULE.

Atverot izglītības iestādes un internāta durvis, jebkurš ienācējs var iepazīties ar kārtības noteikumiem, kā nepiederošām personām uzvesties izglītības iestādē. Ienācējus sagaida dežurants, kurš noskaidro ierašanās mērķi un pierēģistrē žurnālā. Tālāk viesis tiek pavadīts pie personas, kuru viņš apmeklē. Skolai ir izstrādāti iekšējās kārtības un darba kārtības noteikumi, kas ikvienam stingri jāievēro. Darba dienās izglītības iestādē dežurants atrodas no plkst. 8.00 līdz 19.00. Brīvdienās, svētku dienās un naktīs izglītības iestādē atrodas sargs, kas pārredz teritoriju. Internātā ir dežurskolotājs no plkst. 16.00 līdz 22.00, kā arī aukles, kas rūpējas par kārtību nakts stundās. Ir izstrādāti Internāta iekšējās kārtības noteikumi, kurus ievēro visi izglītojamie, kuri dzīvo internātā.

Mācību gada sākumā izglītības iestādes darbinieki tiek iepazīstināti ar darba drošības un ugunsdrošības jautājumiem, ko apliecina ar saviem parakstiem. Ar direktora rīkojumu ir nozīmēta atbildīgā persona, kura seko līdzi Darba drošības un Ugunsdrošības jautājumiem, vajadzības gadījumā sazinās ar atbildīgajiem dienestiem. Izglītojamajiem septembra sākumā tiek noorganizēta “Adaptācijas diena”, kurā viņi tiekas ar speciālajiem dienestiem, lai pārrunātu drošības jautājumus.

Pedagogi iepazīstina izglītojamos ar darba drošības instrukcijām specifiskajos mācību piekšmetos un uzvedības noteikumiem mācību kabinetos. 7., 10.klases un 1.kursa audzēkņiem tiek rīkoti adaptācijas pasākumi, lai ātrāk iepazītos ar klasesbiedriem, skolas kultūru un vidi.

Tiek domāts arī par to, lai jaunieši labi justos starpbrīžos un brīvo laiku pavadītu lietderīgi. Ir izveidota jauniešu istaba un atpūtas stūrīši, kur var pasēdēt, parunāties, risināt dažādus jautājumus, uzspēlēt galda spēles vai izlasīt kādu aktuālu informāciju.

Ir izstrādāta kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība Balvu Profesionālajā un vispārīzglītojošajā vidusskolā un tās organizētajos pasākumos, tā nosaka izglītojamo drošību ekskursiju, pārgājienu, sporta un citu pasākumu laikā. Par lielajiem masu pasākumiem tiek informēta pašvaldības un Valsts policija, dažkārt dežurēt tiek aicināti zemessargi.

Izglītības iestādē ir izstrādāta kārtība par vadītāja un pedagoga rīcību, ja tiek konstatēta fiziska vai emocionāla vardarbība pret izglītojamo. Skolā ir sociālais pedagogs un darbojas atbalsta grupa, kura rod risinājumu jebkurā situācijā.

Skolā ir izvietoti evakuācijas plāni (trīs valodās) un drošības zīmes. Katru mācību gadu notiek praktiskās apmācības ugunsdrošībā. Brīdinājuma zīmes norāda par to, ka skolas teritorijā nav atļauts smēķēt. Pašvaldības policija palīdz nodrošināt kārtību. Uz klases stundām tiek aicināti speciālisti, kuri runā par to, kā jauniešiem justies droši internetvidē. Iestādoties mācību iestādē, izglītojamie vai viņu vecāki (nepilngadīgajiem) ar parakstu apliecina, ka piekrit fotografēties, filmēties masu pasākumos un foto publicēšanai sociālajos tīklos.

Kodu atslēgas un novērošanas kameras

Bērnu drošība bērnu dārzos mūsu apziņā bieži vien saistās ar situācijām, par ko esam uzzinājuši no masu medijiem, kā tas bija šogad, kad Rīgā mazs puisītis, neviena nepamanīts, izgāja no bērnu dārza teritorijas un devās uz mājām, divās vietās šķērsojot ielu ar dzīvu satiksmi.

Runājot par drošību Balvu pilsētas pirmsskolas izglītības iestādē “Pīlādītis”, vadītāja ANTRA EIZĀNE stāsta, ka šogad iestādē pilnīgi visām ieeju durvīm uzstādītas kodu atslēgas. Lai iekļūtu iestādē, jāzina savs kods. “No iestādes, protams, var iziet, nospiežot durvju rokturi, taču jaunākajās grupiņās (I un II jaunākajā grupiņā) durvīm uzlikti krampīši, lai bērni nevar tikt ārā tādā brīdī, kad skolotājas uzmanība pievērsta citam mazulim,” saka vadītāja. Iestādes kodu pulsts atrodas ārpusē, pie bērnu dārza sienas. Katras grupiņas durvīm ir savs kods. Vecāks, kurš atved savu bērnu, piemēram, uz 3.grupiņu, ja viņš vēlas ieejt 9.grupiņas telpās, tur nevar tikt. A.Eizāne turpina: “Bērnu un personāla drošībai apkārt bērnu dārza teritorijai uzstādīts žogs ar diviem aizslēdzamiem vārtiem. Mēs vakarā slēdzam vārtus ciet, arī dienā šie vārti ir aizvērti, lai bērni nevarētu tikt ārā no teritorijas.”

Iestādes teritorijā uzstādīts jauns celiņu apgaismojums, kas īpaši svarīgs ziemas tumšajos rītos un vakaros. Paralēli iestādes ēkai uzstādītas divas novērošanas kameras, kas reaģē uz kustību, ļauj novērot, kad teritorijā kāds ienāk. Novērošanas kameras pieslēgtas pulstij policijas nodaļā.

Gādājot par drošu vidi, bērnu dārzā 10. un 11.grupas kāpņu telpā un garderobē uzstādītas divas ugunsdrošās durvis un ieklāts neslidošais grīdas segums, lai bērniem neslidētu kājas, īpaši ziemā, un viņi negūtu traumas. Kāpnēm uzstādītas jaunas margas. Vecās nebija vizuāli pievilcīgas un drošas. Jau ēkas projektā padomāts par to, lai katrai bērnu dārza grupiņai ugunsgrēka laikā būtu divas izejas, kur bērniem un skolotājiem evakuēties.

Iestādes vadītāja cer visās kāpņu telpās uzstādīt ugunsdrošās durvis un nomainīt grupu telpu durvis, kas kalpo kopš 1979.gada, kad ēku pieņēma ekspluatācijā. Tad visās durvis lika parasto stiklu, kas apdraud drošību, tagad to iespējams nomainīt ar citiem - gan drošākiem, gan vizuāli izskatīgākiem materiāliem. No drošības viedokļa vēlams nomainīt arī grīdas segumu.

Tāpat vadītāja plāno renovēt elektroinstalāciju un zemējumu. “Tirgus izpēte bija izsludināta, bet līdz 10.augustam neviens nepieteicās. Aicinājums paliek spēkā. Bērnu dārzā daļēji nomainīts apgaismojums pret jaunām LED lampām, ko turpinām darīt. To iesaka arī ugunsdrošības speciālisti. Izglītojamo drošība svarīga gan vecākiem, gan sabiedrībai. Esam pārliecināti, ka bērni apmeklēs un uzturēsies drošā un



Nepieciešama piebrauktuve. “Pie pirmsskolas iestādes “Pīlādītis” Balvos dienā vidēji piebrauc 120 automašīnas, kas atved uz iestādi un aizved no tās bērnus. Lai netiktu apdraudētas bērnu dzīvības, nepieciešamas piebrauktuves gan no Daugavpils, gan Raiņa ielas puses. 2017.gadā solīja, kad remontēs Daugavpils ielu, izveidos piebrauktuvi bērnu dārzam. Ielas remontdarbi izpalika, līdz ar to nav arī piebrauktuves. Pašlaik Daugavpils ielā pret iestādi ir uzstādītas ātruma ierobežojuma zīmes (30 kilometri stundā), radot drošāku vidi gan bērniem, gan pieaugušajiem, kas dodas uz bērnu dārzu. Izdrupis un braukšanai ar bērnu ratiņiem nepiemērots ir arī gājēju celiņš pie iestādes,” norāda “Pīlādītis” vadītāja Antra Eizāne.



Positīvā siena. Balvu Profesionālās un vispārīzglītojošās skolas direktore Biruta Vizule, aicinot nelielā ekskursijā pa skolas telpām, izrāda vairākas atpūtas vietas, kur skolēniem iespējams pavadīt brīvo laiku. Priekšroku jaunieši dod atpūtai mīkstās mēbelēs, bet ir arī atpūtas vietas, kur iespējams nodarboties ar galda spēlēm un citām sportiskām aktivitātēm. Atpūtas stūrītis ar krēsliem un galdiņu atrodas pie sienas, ko košās krāsās apgleznojuši vizuālās mākslas skolotāja Larisa Berne. Šo sienu skolā sauc par pozitīvo sienu. “Iet laiks, mainās paaudzes. Tagad skolēni vairāk laika pavada ar mobilajiem telefoniem rokās, nevis kā agrāk, kad starpbrīžos raksturīga bija drūzmēšanās gaitenēs, grūstīšanās, skriešana pa kāpnēm. Tad arī biežāk varēja gaidīt traumas, savstarpējos konfliktus,” secina skolas direktore.

sakārtotā pirmsskolas izglītības iestādes vidē,” secina pirmsskolas izglītības iestādes “Pīlādītis” vadītāja. Viņa piebilst, ka iestādē izglītojamo skaits pieaug - jau šogad bērnu skaits pārsniedz divus simtus.

Lappusi sagatavoja I.Zinkovska

Jaunākie žurnālu numuri

Legendas



☞ Dzīves rūdīta dīva. Dažādas lomas uz skatuves un otrā plāna tēli uz lielā ekrāna, taču vienmēr galvenā varone dzīvē - aktrise Elza Radziņa piedzīvoja daudz dramatisku brīžu.

☞ Vēžu karalis un zvejnieka dēls. Viļa Lāča romāna tēla Garozas prototipu visa Rīga atpazīna uzreiz - tas bija izliets Žanis Kezbers, uzpircējs, kuram bija galvenā loma teju visas Latvijas zivju tirgū.

☞ Hipiju ceļš. 50. un 70. gados jauni cilvēki, matiem plīvojot, devās ceļā, kas viņus aizveda līdz pat Dienvidāzijai. Tā bija alternatīva tūrisma forma, kur būtiski bija ceļot lēti un saprasties ar vietējiem.

☞ Varai vajadzīgs bandīts. Krievijas kriminālās autoritātes Vjačeslava Ivaņkova jeb Japončika dzīvesstāsts līdzinās filmai, kuras scenāriju rakstījuši gan noziedznieki, gan drošības iestādes.

☞ Masons, alkīmiķis un avantūrists. 18. gadsimta daudzo avantūristu sarakstā īpašu vietu ieņem grāfs Alesandro Kaliostro, kurš solīja izgatavot zeltu un nodibināja brīvmūrnieku ložu, taču neizbēga liktenim.

☞ Vēl lasiet par skandālu Francijas galmā, kas līdzinājās ziepju operai; Aleksandra Puškina maģiskajiem gredzeniem; īpašiem Austrumu mākslas veidiem uz zemes un ūdenī; divējādo attieksmi pret cilvēka ķermeni viduslaikos; cīņu meistara un aktiera Brūsa Lī nāves atstātajiem jautājumiem; saulaino citronu dosļē un citus stāstus, kas jāzina.

Ilustrētā Pasaules Vēsture



☞ Strādnieks fabrikanta pavadā. Sods par nepamatotu atrašanos rūpnīcas tualetē - 50 kapeiku, tikpat liels sods par gulēšanu darbavietā. Naudu no algas atvilks arī tad, ja sarunāsies vai slāpes mēģināsi remdēt no ugunsdzēsēju cisternas. 19. gadsimta otrajā pusē naudas sodi Latvijas fabrikās ir labs veids, kā fabrikantam ietaupīt strādājošo algu fondu. Ironiski var teikt: palaimējās tiem, kuru darbavietās tualetes nav vispār, bet dzeramajam ūdenim atvēlēts kāds smirdīgs spainis.

☞ Keizara pēdējā kauja. Parakstījusi Brestļitovskas miera līgumu ar Padomju Krieviju, kura nu izstājusies no Pirmā pasaules kara, Vācija lielāko daļu spēku no bijušās Austrumu frontes pārvieto uz Rietumu fronti un 1918. gada 21. martā sāk vērienīgu ofensīvu. Tā ir vāciešu pēdējā iespēja mainīt kara gaitu sev par labu, pirms kaujās iesaistās ASV.

☞ Hitlera bīstamais zaļu skapītis. Kad ārsts Teodors Morels izdziedinājis Ādolfu Hitlera slimu vēderu, firers ir pārliecināts, ka saticis medicīnas ģeniju. Viņš uztic tam arī citu kaušu ārstēšanu. Drīz vien Morels neatkāpjas no firera no soli un daktere Treša reiha vadoni ar saviem atkarību izraisošajiem "vitamīniem". To sastāvā ir vairākas narkotiskās vielas.

☞ Šumeru valdniekus apbērē kopā ar svītu. Kad arheologs Čārlzs Leonards Vulijs atrok Ūras pilsētas 4500 gadu senās valdnieku kapenes, viņš tajās atrod ne tikai dārgumus. Pētnieku pārsteidz liels skaits skeletu - valdniekus ceļā uz aizsauli ir pavadījuši galmaņi un kalpotāji.

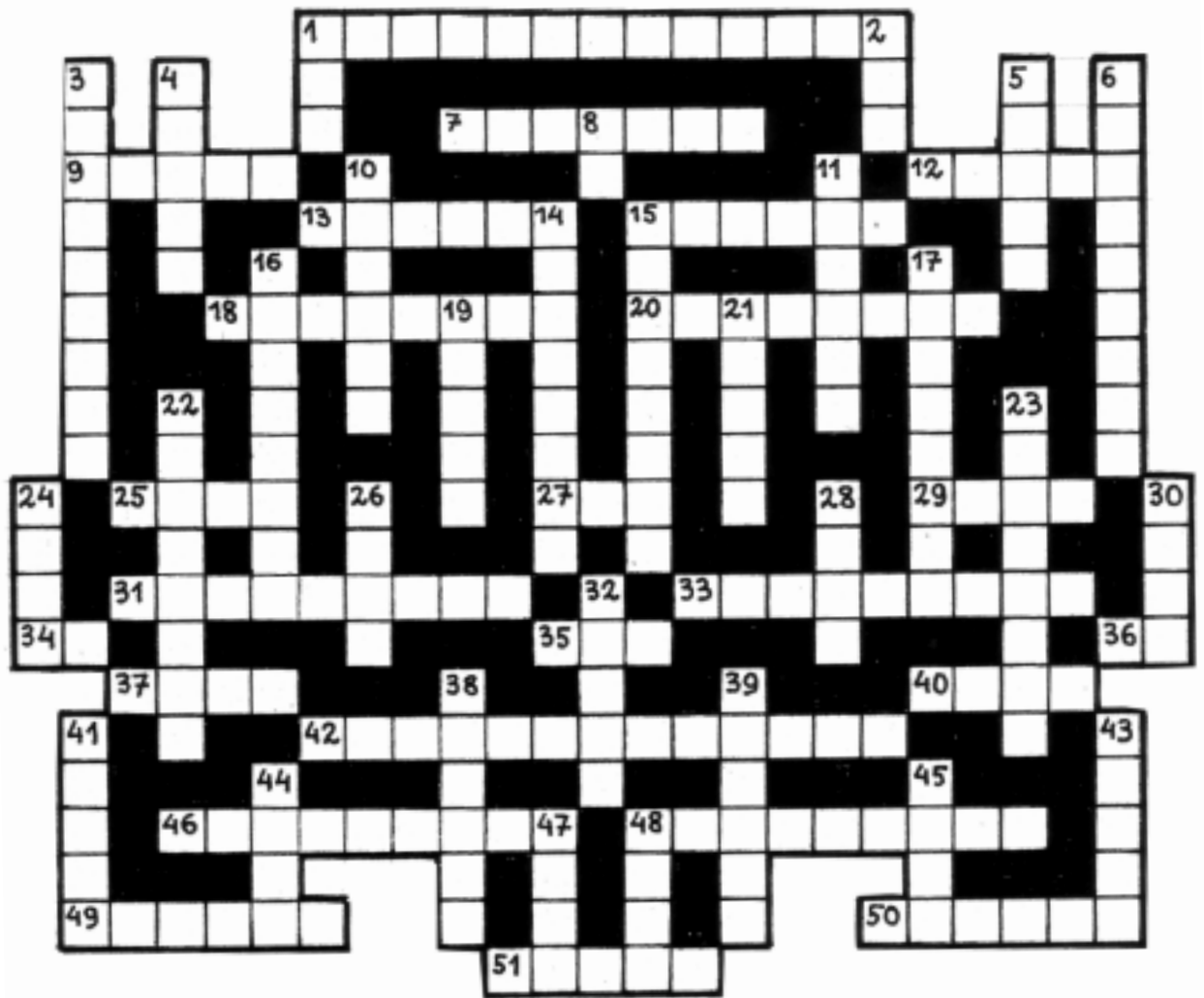
☞ Noslēpumainie priesteri biedē romiešus. Kad romieši sāka iekarot mūsdienu Francijas, Anglijas un Velsas teritorijas, viņi sastapās ar noslēpumainiem priesteriem - druīdiem. Šiem priesteriem bija liela ietekme, un viņi spēja iedvesmot uz sacelšanos plašus ķeltu apdzīvotos reģionus. Romieši saredzēja tikai vienu risinājumu - druīdi jāiznīcina.

☞ Jezuītu misionāru piedzīvojumi Butānā. 1627. gadā divi jezuītu misionāri kļūst par pirmajiem eiropiešiem, kas sasniedz Butānu. Viņi grib pievērst kristietībai vietējos iedzīvotājus budistus. Abus vīrus uzņem laipni. Tomēr neviens negrasās kristīties, bet arī prom priesterus nelaiž.

☞ Vākšanas mānija iedzen nāvē. 1947. gadā kādā mājā Ņujorkā atrod mirušu vīrieti. Viņu uziet pavisam izkāmējušu un iespiestu starp milzīgām vecu mantu kaudzēm. Trīs nedēļu laikā no nama iznes 120 tonnas dažādu krāmu un zem tiem atrod arī mirušā brāli.

☞ Sērot no visas sirds. Četri melni zirgi, rotāti melnām spalvām, velk greznus līkratus ar vēl greznāku zārku. Bēru procesijas pavadītāji ir tikpat krāšņi melnā: kleitās un uzvalkos, melniem saules vai lietussargiem, vēdekļiem, cepurēm un kabatas drāņiņām. Lai tas maksā ko maksādams, Viktorijas laikmetā sēras ir pompozitātes pilns kults, kuru neievērot ir tikpat aplami, cik krist grēkā.

Sastādīja G. Gruzīņa



Augusta mīklu atrisināja: J. Zālītis, D. Zelča (Krišjāņu pagasts), J. Pošeika, Z. Pulča (Balvi), A. Vīcupa (Vectilža), I. Svilāne, V. Ločmele (Lazdukalna pagasts), I. Homko (Medņeva), S. Sirmā, L. Mežale (Balvi), O. Zelča, A. Mičule (Tilža), I. Pugeja (Kubuli).

Par augusta krustvārdu mīklas atrisināšanu balvu saņem LAIMA MEŽALE no Balviem. Pēc balvas griezties redakcijā.

Septembris - Dzejas dienu un literatūras mēnesis

Krustvārdu mīkla septembrī

Horizontāli: 1. Dzejoļa "Tu manis navaicoj" autore. 7. J. Raiņa dzejolis (latgaliešu valodā). 9. Pirmā latgaliešu dzejas antoloģija. 12. Pirmā laicīgā dzejas grāmata - Vecā Stendera 1774. gadā sarakstītā "... lustes". 13. V. Kaijaka romāns, pēc kura uzņemta arī filma. 15. A. Kūkoja erotiskās dzejas grāmata. 18. Romāna "Jaunieši" autors. 20. Dzeju krājuma "Linu zīdi" autors - ... Juoņš. 25. 1965. gadā emigrācijā iznāca 1. zinātnisko rakstu krājums - "... Latgalica". 27. Sinonīms vārdam 'spēj'. 29. Rakstnieka Ādolfā Rūnika pseidonīms. 31. 1789. gadā Vecais Stenders izdeva 1. "Latviešu ...". 33. Dzejnieks, ilggadējs žurnāla "Zilite" redaktors. 34. Vairāku bērnu grāmatu ilustratore ("Ods nokrita no ozola" u.c.) - iniciāļi. 35. Sinonīms vārdam 'bar'. 36. Dzejas dienu balva 2008. gadā piešķirta K. Vērdiņa grāmatai "...". 37. Grāmatas "Virši iezied atvasaru" autore (vārds). 40. Latviešu literatūrā 1. autobiogrāfiskā romāna "Mans dzīves rīts" autors - Doku ... 42. Rakstnieks, kurš pats ilustrējis savas grāmatas ("Baltā grāmata"). 46. Dzejas dienu balvu 1999. gadā ieguva grāmata "Nopūtas", nosauc autoru. 48. Latgales Pirmsatmodas laika dzejnieks, tautas tiesību aizstāvis. 49. Apceres par literatūras vai mākslas parādību. 50. Literātu J. Seiksta un V. Lukaševiča dzejisks kopdarbs - "Seppuku iz saulis...". 51. Dzejnieks, pirmās latviešu tautiskās atdomas ideju pautējs - ... Mārtiņš.

Vertikāli: 1. Etnonīms vārdam 'ir'. 2. Romāna "Izravētā sirds" autore (vārds). 3. Romāna "Muzejs" autors. 4. "Pasakas par ziediem" autore. 5. Benjamiņu izdotā avīze, kura publicēja bulvāromānus - "Jaunākās ...". 6. 1. romāna latviešu literatūrā autori. 8. Nolieguma partikula. 10. "Staburaga bērni" autors. 11. G. Rača dzejolis, kuram mūziku komponējis J. Strazds, dzied A. Ērglis - "... akmens". 14. Mūsdienu latgaliešu dzejas antoloģija. 15. 1. Dzejas dienas norisinājās 1965. gadā ... parkā. 16. 1. dzejas ... iznāk 1967. gadā. 17. Sinonīms vārdam 'paskvilas'. 19. Bērnu un jauniešu rakstniece 19. gs. 2. pusē. 21. Literatūras veids, kurā visspilgtāk paustas izjūtas. 22. "Astoņi kustoņi" autors. 23. Dzejnieks, izdevējs (apgāds "Garā pupa"). 24. Dzejnieces Aspazijas vārds. 26. Dzejas dienu balvu 2007. gadā ieguva I. Ābeles grāmata "... Marija". 28. Romāna "Istaba" autore. 30. Ieraksti trūkstošo vārdu R. Blaumaņa dzejā "Mans zelts ir mana tauta, Mans ... ir viņas ...". 32. Dzejnieks romantiķis. 38. A. Brigaderes literārā varone. 39. Sinonīms vārdam diedelēt. 41. V. Belševičas literārā varone. 43. Filma, kurai scenāriju rakstīja I. Ziedonis. 44. Tēls J. Raiņa lugā "Pūt, vējiņi!". 45. Dienas sākumā. 47. Grāmatas "Advente" autore (vārds). 48. Rokoperas "Lāčplēsis" libreta autore (vārds).

Augusta mīklas atrisinājums

Horizontāli: 2. Ludza. 4. Amati. 12. Zilā. 13. Osis. 14. Stop. 15. Koks. 17. Īdeņa. 19. Siers. 20. Viļāni. 24. TIC. 25. Dzīles. 28. Mala. 29. Meža. 30. Malta. 31. Gaiss. 39. Kārsava. 42. Pasiene. 44. Lauva. 45. Dagda. 46. Pušas. 47. Pliča. 48. Nagļi. 53. Kases. 54. Salnava. 55. Lūznava. 56. Vēl. 57. Iet. 58. Slutišķos. 59. Velnezers. 60. Akmens. 61. Leļļu. 62. Kūkojs.

Vertikāli: 1. Skrošu. 2. Loki. 3. Zeile. 5. Maize. 6. Ičas. 7. Aglona. 8. Jasmuiža. 9. Bāka. 10. Gors. 11. Austrumu. 16. Stikla. 18. Dunava. 20. Rāznas. 21. Upenes. 22. Zili. 26. Rotko. 27. Akati. 30. Māja. 32. Sols. 33. Sakstagals. 34. Cietoksnis. 35. Baltinava. 36. Drīdzis. 37. Jersika. 38. Kolnasāta. 40. Vēda. 41. Kuģis. 43. Alus. 49. Ilgi. 50. Našķi. 51. Ozols. 52. Pase.

Kur mācīties?

BUTS IZMANTOJIET IESPĒJU MĀCĪTIES BALVOS!
mācību centrs

11.SEPTEMBRI
plkst. 10:00 **KATLU IEKĀRTU OPERATORS**
(pamatkurss un pārastēstācija)

11.SEPTEMBRI
plkst. 15:00 **KRŪMGRIEŽA, MOTORZĀGA**
OPERATORS (pamatkurss)
Pieteikšanās līdz 07.09.2018.

Brīvības ielā 47, Balvos, www.buts.lv, tālr.: 27898038, 27898034

Pērk

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

Z/S "Madera" iepērk
MĀJLOPUS.
Labas cenas. Samaksa tūlītēja. Tālr. 26563019.

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

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

IEPĒRK MĀJLOPUS
-AUGSTAS CENAS
-SAMAKSA TŪLĪTĒJA
-ELEKTRONISKIE SVARI
tel. 27777733
www.galasparrade.lv

SIA "Senlejas" iepērk liellopus, teļus un jērus. BIO liellopiem augstas cenas! Samaksa tūlītēja. Tālr. 62003939.

Pērk mežu ar zemi un cirsmas izstrādei. Tālr. 27876697.

"Craftwood" PĒRK MEŽA ĪPAŠUMUS visā Latvijā, cena no 1000-10000 EUR/ha. Samaksa darījuma dienā. Atjaunojam taksācijas. Tālr. 26360308.

Paldies!

Izsaku pateicību Valsts policijas Balvu iecirkņa darbiniekiem SVETLANAI GARAJAI, ANDREJAM ALEKSEJEVAM un ANDREJAM ŠĻAPAKOVAM par profesionālu un operatīvu darbu zādzības atklāšanā. Paldies! Lai veicas turpmākajā darbā!

SIA "MĒBELNIEKS-P" VADĪTĀJS

Dažādi

LAFIKO.LV
AIZDEVUMI
pensionāriem un
strādājošajiem
BALVOS, TAUTAS IELĀ 1
2. stāvā - **katru darbdienu.**
Tālr. 64521873/ 26402362.

07.09. jauna grupa autoskolā "Delta 9V" iepriekšēja pieteikšanās.
95. KODS
Tālr. 29208179.

VIĻĀKAS pamatskolā B kategorijas kursi "Delta 9V"
5.09. plkst. 15.00.
Tālr. 22520266.

Ķirurga dr. A.BARANOVSKA maksas pieņemšana 7., 11., 14., 18., 21.septembrī no plkst. 15.00. Pieteikšanās pa tālr. 26302995.

Piegādā granti, smilti, šķembas, melnzemi. Remontē piebraucamos ceļņus. Iemontē ūdensvadu, kanalizāciju. Tālr. 28398548.

Pastāvīgi pārvadā mājlopus. Specpiekabe. Tālr. 29230080.

Ģimene vēlas irēt lauku māju, var ar izpirkuma tiesībām. Tālr. 28658259.

Dāvina 6 mēnešus vecu suņu puiku. Tālr. 22021051.

Pārdod

Z/S "Kotiņi" pārdod sertificētu ziemas kviešu 'Olivin', 'Ceylon', 'Brons' sēklu, saimniecībā ražoto pārtikas rapšu eļļu, miežu pārļu grūbas, lobītas pupas un pupu miltus, lobītos zirņus un zirņu miltus, kviešu miltus, kā arī lopbarības graudus un miltus.
Tālr. 26422231.

Bioloģiskais medus, kartupeļi. Piegāde - Viļaka, Balvi. Tālr. 28324075.

Pārdod lopbarībai, pārtikai kartupeļus, burkānus, graudus, sienu ruļļus. Ar piegādi. Tālr. 25442582.

Pārdod 2-istabu dzīvokli Balvos. Tālr. 20600557.

Pārdod māju Balvu pilsētā. Tālr. 26564779.

Pārdod slaucamas govīs. Tālr. 26102182.

Pārdod HM un LB telītes audzēšanai; kartupeļus lopbarībai. Tālr. 26131609.

Pārdod sienu ruļļos Susājos. Tālr. 27803212.

Lidzjutības

"Saņem šo dvēseli, kas milēja Tevi, mājokļos gaišos lai dzīvo ar Tevi." Neviens nezina ne dienu, ne stundu. Izsakām patiesu līdzjutību **Valijai Kuļšai un tuviniekiem**, viru **JĀZĒPU** mūžībā pavadot. Lapsu ģimene

Viņš aiziet atvieglots un brīvs, kur viņu gaida mūža mājas. Šeit brīdi atdusas - kā dzīvs zem ziedu segas, smaržu šūpās. (V.Brutāne) Kad negaidīti mūžībā aizgājis mūsu kaimiņš **JĀZĒPS KUĻŠS**, izsakām visdziļāko līdzjutību **sievai Valijai ar bērniem un brālim Anzelmam**. Mājas kaimiņi, Maksimovu un Ločmeļu ģimenes

Cilvēks kā mirdzoša zvaigzne Debesu plašumos mīt, Ne zināt mums stundu, ne brīdi, Kad dziestoša lejup tā krīt. Kad negaidīti atnākušo sāpi izraud sveces un ziedos birst atvadu asaras, mūsu klusa un patiesa līdzjutība **Valijai Kuļšai un pārējiem tuviniekiem, JĀZĒPU KUĻŠU** mūžībā pavadot. Dace, Andris, Taņa, Valērijs, Vaļa M., Margarita, Zoja, Vaļa R., Alla

Lai tēva mīlestība visos ceļos vada, Lai tēva miers jums spēku dod. Lai labā, apklususi sirds vēl ilgi Teic padomus un ceļa maizi dod. Mūsu klusa līdzjutība **Teiv, Edgar, un Taviem tuviniekiem**, pavadot **TĒTI** mūžības ceļos.

Daudz kas palika neizrunāts un kopā nepadarīts. Vienmēr jau liekas, ka laika vēl diezgan. Bet liktenim savs redzējums. Tavs tētis nodzīvoja skaistu, tikai isu mūžu. Lai tēva mīla paliek dziļi sirdī Par avotu, kur mūžam spēku smelt... Bijušie klasesbiedri un audzinātāja Inese Rekasas vidusskolā

Var nemanot pienākt salna, Kad ziedi kā sniegpārslas birst. Nav sacīts, cik dzīve ir gara, Tās pavediens pēkšņi var irt. Šajā sāpju un skumju brīdī, kad pēdējā ceļā jāpavada **JĀZĒPS KUĻŠS**, esam kopā un izsakām visdziļāko līdzjutību **Valijai un tuviniekiem**. Šķīlbēnu pagasta pārvalde

Kur vārdus rast, kas būtu mierinājums, Kad cilvēks zemes klēpi dusēt steidz, Kad negaidot ir pārrauts mūža gājums Un ardievas tik daudz kam jāpateic. Mūsu siltākie mierinājuma un līdzjutības vārdi **Valijai un dēliem, JĀZĒPU KUĻŠU** mūžībā pavadot. Šķīlbēnu pagasta tehniekie darbinieki

Mums palikuši tavi vārdi, Mums palikusi tava sirds. Un liekas, ka ikvienā zvaigznē Vēl tavas acis preti mirdz. Izsakām dziļu līdzjutību **Valijai Kuļšai, Aigaram un Edgaram**, viru, tēvu **JĀZĒPU KUĻŠU** mūžībā pavadot. Zane un Jānis

Pa mirdzošu staru sargeņģelis aiznesa Dvēseli debesu kalnā... Mūsu klusa un patiesa līdzjutība **Valijai Kuļšai**, mīlo viru **JĀZĒPU** mūžībā pavadot. Justīne, Skaidrīte, Kristīne

Kā lai pierodu, ka mūsu dzīves krastā Tikai smilšu ceļš pie tevis sauks. (I.Tabūne) Skumju brīdī esam kopā ar **Valiju Kuļšu un pārējiem tuviniekiem, JĀZĒPU KUĻŠU** mūžības ceļā pavadot. Vera, Henrihs

Smilšu kalnā zem dzīvības priedēm Nu darbi, rūpes un vasara dus. Izsakām visdziļāko līdzjutību **Valijai Kuļšai ar ģimeni un tuviniekiem, JĀZĒPU KUĻŠU** mūžībā pavadot. Šķīlbēnu SAM kolektīvs

Man palikuši tavi vārdi, Man palikusi tava sirds, Un liekas, ka ikvienā zvaigznē Vēl tavas acis preti mirdz. (M.Jansone) Izsakām visdziļāko līdzjutību **Initai Raginskai ar ģimeni un visiem tuviniekiem**, tēti **VALERJANU KOKOREVIČU** pavadot pēdējā gaitā. Mājas iedzīvotāji

Kad vakaram tavam neaust vairs rīts, Kad mūžības gājiens tev iezvanīts, Tad dvēsele brīva mūžībā iet, Kur saule nekad vairs nenoriet. Skumju brīdī, kad jāatvadās no **TĒVA**, mūsu patiesa līdzjutība un mierinājuma vārdi **Initai Raginskai un tuviniekiem**. Viļakas Jēzus Sirds katoļu draudze, prāvests Guntars Skutelis

Mēs klusi paliekam šai krastā, Vēji šalkos un mierinās mūs, Bet tava vieta, kas bija šai dzīvē, Vienmēr mūsu atmiņās būs. Skumju brīdī izsakām patiesu līdzjutību **Jānim Kokorevičam un tuviniekiem, TĒVU** mūžības ceļā pavadot. Balvu policijas iecirkņa kolektīvs

No tevis tik daudz bija, ko gūt. Tavas pēdas ir dziļas, tās nepazūd, Mums atmiņās vēl ilgi kopā būt... Izsakām līdzjutību **Initai Raginskai ar ģimeni, TĒVU** kapu kalniņā pavadot. Viļakas pašvaldības Izglītības, kultūras un sporta pārvalde un Metodisko apvienību vadītāji

Kā negribas ticēt, Ka cilvēks var tā - No gaišas dienas aiziet mūžībā... Izsakām visdziļāko līdzjutību **piederīgajiem, JĀNI DULMANI** mūžības ceļā pavadot. SIA LLKC Balvu konsultāciju birojs

Liegas dūnas noslid uz egles zaļajiem pleciem, Un rāmā mierā norimst drebošā sirds, Par dzidriem sudraba zvaniem kļūst čiekuri brūnie, Vējš sirmajā eglē baltu vijoli spēlē... Sāpju un skumju brīdī izsakām līdzjutību **Jānim Kokorevičam ar ģimeni, TĒVU** mūžības ceļā pavadot. Mednieku klubs "Medņeva"

Tik tavus soļus glabās Ik taka pagalmā. Un mīlo vidū vienmēr Vēl skanēs tava balss. Mūsu klusa un patiesa līdzjutība **Aijai un bērniem, pārējiem tuviniekiem, JĀNI DULMANI** pavadot mūžības ceļā. Daina ar bērniem

Dzīves atslēga no rokām izkrita. Tumsas gaismas dzirksteļi pārcirta. Asarota lūgšana kavējas saulrietā. (V.Kokle-Liviņa) Kad Zemes mātes klēpi guldīts **JĀNIS DULMANIS**, patiesi mierinājuma vārdi atbalstam sāpju brīdī **Oskaram Dulmanim un piederīgajiem**. Ūseļi

Nu ir darbi padarīti, Nu ir dziesmas izdziedātas, Nu gulēt mūža miegu Baltā smilšu kalniņā. Skumstam par mūsu ilggadējās dziedātājas **LEONORAS SERDĀNES** aiziešanu mūžībā un izsakām līdzjutību **tuviniekiem**. Kupravas etnogrāfiskais ansamblis

Es aizgāju no jums, mīļie mani, Un atstāju baltu svēcīti iedegtu - Tad zināsi, augšā man labi klājas, Tur es atradu sev mājas. (M.Šnē)

Izsakām patiesu līdzjutību **Valentinai Smirnovai**, pavadot **MĀSU** kapu kalniņā. Terēzija, Tekla S., Veronika S., Lidija, Voldemārs, Māriete G., Ārija Z., Livija V., Biruta, Palmira, Marianna, Ilga

Nāks rudens, birs lapu zelts, Un rīta rasa kā dimanti mirdzēs, Tikai tavu balsi Vairs nesadzirdēs... Izsakām visdziļāko līdzjutību un esam kopā ar **Valentinu Smirnovu, MĀSU** mūžības ceļā pavadot. Mājas iedzīvotāji Kurnā

Pateicība

Es palieku tepat - aiz zvaigznēm, kur sargeņģeļi mīt, Mīlo sirdspukstos Un baltās domu krustcelēs, kur satikties... Vissiltākie pateicības vārdi prāvestam O.Misjūnam, dziedātājām Marijai, Veronikai un Natālijai, "Ritums" darbiniekiem, "Senda Dz" kolektīvam, radiem, draugiem, kaimiņiem, darba kolēģiem, visiem, visiem, kuri bija kopā ar mums, izvadot pēdējā gaitā viru, tēvu, vectēvu **Pēteri Voicišu**. SIEVA, BĒRNI, MAZBĒRNI

Vaduguns
INDEXSS 3004
IZNĀK OTRDIENĀS, PIEKTDIENĀS
IZDEVĒJS
SIA "BALVU VADUGUNS"
Nodokļu maksātāju apliecības Nr.
LV43203002982

REDAKCIJAS ADRESE
TEĀTRA IELĀ 8
BALVOS, LV-4501
NORĒĶINU KONTS
A.S. SEB BANKA
Nr. LV21UNLA0024000467345,
kods UNLALV2X
Publicitāte materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli.
Par faktu, skaitļu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstiem atbild to autors.

REKLĀMA,
SLUDINĀJUMI
D.Dimitrijeva
T. 64507018
26161959
FAKSS - 64522257

REDAKTORS **E.GABRANOVŠ** - T.64522534, 29360850
ŽURNĀLISTI: **S.KARAVOIČIKA** - T.64522126
Z.LOGINA, I.ZINKOVSKA - T.64520962
M.SPRUDZĀNE, I.TUŠINSKA - T.64522260
A.LOČMELIS - T.64520961
KOREKTORE S.GUGĀNE - T.64522126
GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA - T. 64507019
ŠOFERIS A.KIRSANOVŠ - T. 27870730
Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961

e-pasts: vaduguns@apollo.lv
mājaslapa: **vaduguns.lv**
Datorsalikums-
SIA "Balvu Vaduguns",
G.LIELMANIS
Iespēstis SIA "Latgales Druka", Rēzeknē, Baznīcas 28
TIRĀŽA - 3060

Apsveicam!

Kāzu ceļojumā dosies pa skaisto Latviju



18.08.2018. Bērzu katoļu baznīcā gredzenus mija un viens otram solījās būt blakus gan priekos, gan bēdās tilžēnieši **VIVITA KAŠA** un **JĀNIS VIŠŅEKOVS**. Jauno pāri dzīvē ievadīja Ginta Zelča un Kristaps Lukstiņš.

Vivita un Jānis visu dzīvi bijuši tilžēnieši, taču, lai cik tas dīvaini arī nešķistu, pamatskolas gados viņi viens otru pat nepazīna, kaut arī mācījās paralēlklasēs. "Es gāju 'a' klasē, Jānis - 'b'. Pirmās jūtas mūsu starpā uzplauka tieši vidusskolas laikos, taču nopietnās attiecībās tās neizvērtās un pēc skolas absolvēšanas ceļi šķīrās," stāsta Vivita. Taču tad pienāca liktenīgā mūzikas festivāla "Osvalds" balle Baltinavā, kuras datumu jaunlaulātie atceras vēl šodien. Tas bija 2011.gada 14.augusts. Lielajā cilvēku pulī jaunieši pamanīja viens otru, viņu skatieni sastapās, un jūtas atkal uzvirvoja ar jaunu spēku. Kopš tā laika Vivita un Jānis nešķīrās. Abiem kopīga skola, viena un tā pati iegūtā izglītība, abpusējas jūtas. Bija skaidrs – viņi beidzot atraduši viens otru. 2015.gada decembrī Vivitai un Jānim piedzima dēliņš Aleks, bet 2016.gada Valentīndienā Vivita no mīlotā saņēma bēdinājumu. "Protams, bez lielas domāšanas teicu 'jā' vārdu, un jau tajā pašā gadā sākām gatavoties kāzām. Taču neilgi pirms skaistās un ilgi gaidītās dienas nomira Jāņa vectēvs, un jaunie nolēma kāzu organizēšanu atcelt. Gāja laiks, un pagājušā gada augustā Vivita un Jānis kļuva par vecākiem otram bērniņam – meitiņai Amēlijai. Tas bija brīdis, kad viņi saprata – kāzām jābūt!

Tā, pavisam nemanot, pienāca 2018.gada 18.augusts – diena, kad Vivita un Jānis kļuva par sievu un vīru. Viņu kāzas nebija lielas – aptuveni 30 paši tuvākie radi un draugi, taču sagatavošanās šai dienai tāpat prasīja ne mazums pūļu un laika, kura, strādājot savā saimniecībā, nemaz tik daudz nav. "Mūsu baltā diena vairāk izvērtās par ?imenisku un mīļu pasēdēšanu. Kāzu rīts sākās lielā steigā, visu laiku nepameta sajūta, vai viss ir izdarīts, vai kaut ko neaizmirsīsim. Taču iztikām bez lieliem pārdzīvojumiem, viss beidzās labi," stāsta Vivita.

Pēc laulību ceremonijas Bērzu baznīcā jaunlaulātie ar viesiem devās uz atpūtas vietu Saipetniekos, kur baudīja uzkodas, fotografējās uz skaisto ainavu fona un sauca pirmo kāzu "Rūgtis!". "Mielasta galds mums bija saklāts mājās, tāpēc pēc Saipetniekiem devāmies uz Tilžu, pa ceļam, protams, apstājoties pie goda vārtiem. Taču vislielākais pārsteigums sagaidīja pie mājām, kur ceļu aizšķērsoja lielais tūristu firmas autobuss. Arī šajos vērtos bez uzdevuma, protams, nepalikām, taču ar visu veiksmīgi tikām galā, un svinības varēja turpināties līdz pat rīta ausmai," stāsta jaunlaulātie.

Vivita un Jānis atzīst, ka labprāt ievērotu visas kāzu tradīcijas un jau tuvākajā laikā dotos medusmēneša ceļojumā, taču darbs zemnieku saimniecībā "Ezerlīči" neļauj visu mest pie malas un doties projām. "Tagad tiešām darba ir vairāk nekā brīvā laikā, tādēļ izbraucienus ielānosim rudens pusē. Ja arī kaut kur dosimies, tad noteikti sāksim ar mūsu pašu skaisto Latviju," ir pārliecināti jaunlaulātie.

Tagad oficiāli vīrs un sieva

18.augustā Balvu novada Dzimtsarakstu nodaļā gredzenus mija un viens otram 'jā' vārdu teica viļacēniete **LINDA GRUŠEVA** un rekaviētis **RIHARDS SUPE**. Jaunais pāris par vedējiem izraudzījās Lindas bērnības draudzeni Dagni Bondarevu un Riharda jaunības draugu Jāni Circeņi.

Kā daudzi mūsdienu jaunieši, arī Linda un Rihards iepazinās kādā no ballēm. Bija 2013.gada 11.novembris, Medņevā notika dejas, uz kurām ieradās arī Linda un Rihards. Viņi satikās, pavadīja vakaru, taču tobrīd vēl nekas neliecināja, ka pienāks laiks, kad abi būs kopā. Taču dzīve izdarīja savas korekcijas, un jau pēc pāris mēnešiem un vairākām tikšanās reizēm jaunieši sniedza viens otram pirmo skūpstu. "Kopš tā laika sevi uzskatījām par pilntiesīgu pāri. Gadiem ejot un pārvarot dažādas dzīves grūtības, nonācām līdz vēl vienam nozīmīgam datumam – 2017.gada 30.oktobrim, kad Rihards mani bēdināja. Protams, teicu 'jā', un varējām sākt gatavoties mūsu lielajam dzīves notikumam," stāsta Linda.

Kāzu dienā 18.08.18., Rihards ar vedējiem devās uz Lindas vecāku māju izpirkt līgavu, tad uz Balvu novada Dzimtsarakstu nodaļu, kurā notika laulību ceremonija, pēc kuras visi devās uz Lāča dārzu, kur ar viesiem iemūžināja kopīgus fotorīkus. "Mūsu diena izvērtās tieši tāda, kādu to vēlējamies. Viens no spilgtākajiem un saviļņojošākajiem brīžiem bija, kad dzimtsarakstu nodaļā viens otram uzvilcām laulību gredzenus. Pēc tam Balkanu dabas parkā iestādījām kopīgu kociņu, dejojām pirmo valsi un izbaudījām mičošanas ceremoniju. Tās bija ļoti jaukas un neaizmirstamas emocijas," atklāj jaunlaulātie.

Viņi stāsta, ka pagaidām kāzu ceļojumā nedosies, jo Rihardu gaida darbs, turklāt abiem jāturpina studijas Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmijā.

"Kā jau studentiem, mūsu ikdiena ir diezgan mainīga. Mitināties vairākās vietās, taču galvenokārt tomēr esam sastopami Rēzeknē. Tagad, kad lielā diena jau aiz muguras, jāsecina, ka pēc tik ilgas kopābūšanas, šķiet, ka kardināli nekas nav mainījies. Vienīgi nu mūs oficiāli var saukt par ģimeni. Un šis vārds skan ļoti jauki!"



Jaundzimušie

8.augustā pulksten 20.46 piedzima puika. Svārs - 3,400kg, garums 55cm. Pūisēna mamma Daina Elksnīte dzīvo Balvu novada Tilžas pagastā.

9.augustā pulksten 4.50 piedzima meitenīte. Svārs - 3,210kg, garums 52cm. Meitenītes mamma Sigita Rence dzīvo Alūksnē.

9.augustā 18.48 piedzima meitenīte. Svārs - 3,140kg, garums 55cm. Meitenītes mamma Jūlija Ņezlobina dzīvo Alūksnē.

10.augustā pulksten 1.03 piedzima meitenīte. Svārs - 4,230kg, garums 59cm. Meitenītes mamma Līga Cepurniece dzīvo Rugāju novada Rugāju pagastā.

10.augustā pulksten 9.22 piedzima meitenīte. Svārs - 3,080kg, garums 53cm. Meitenītes mamma Līga Aņisimova dzīvo Gulbenes novada Stāmerienas pagastā.

11.augustā pulksten 13.52 piedzima meitenīte. Svārs - 2,670kg, garums 53cm. Meitenītes mamma Svetlana Podmošina dzīvo Balvos.

Lappusi sagatavoja S.Karavoičika

