

Vaduguns

Piektdiena ● 2023. gada 18. augusts

CENA tirdzniecībā 0,95 EUR

Izbraukā zemsedzi 13.



Mēs augam!

Foto - E.Gabranovs

Virmo neviltots prieks. Balveniete Emīlija Kravale (foto) aktīvi sekoja līdzi notiekošajam Bērnības svētkos. Kā nu ne, ja pēc trīs gadiem viņai pašai būs jākāpj uz skatuves. Savukārt viņas māmiņa Kristīne svētkos apzinīgi pildija Eliasa Plešenkova krustmātes pienākumus. "Izbaudiet dzīvi!" Kristīne vēlēja.

Edgars Gabranovs

Aizvadītājā sestdienā Balvos sumināja vairāk nekā 80 bērnus un jauniešus Zekīšu, Bērnības un Pilngadības svētkos. Viskutrākā atsaucība bija no Balvu pilsētas pilngadnieku puses. No 70 jauniešiem svētkos piedalījās tikai 6.

Balvu novada domes priekšsēdētājs Sergejs Maksimovs, sveicot mazuļus Zekīšu svētkos, atgādināja, ka novada svētkos grupa "Labvēlīgais tips" dziesmā taujāja, kas mežā ir galvenais: "Šodien, šķiet, šādu jautājumu ir lieki uzdot. Svētkus svin visjaunākie un viissvarīgākie cilvēki Balvu novadā." Savukārt Bērnības svētkos novada vadītājs atklāja pieaugušo sapņus: "Kad bijām mazi, gribējām būt lieli, un tagad visu atlikušo mūžu sapņojam atkal kļūt maziņi. Būt bezrūpīgiem un celties tad, kad ienāk prātā. Dzert "Coca-Cola", nebaidoties pieņemties svarā. Vai pieaugušie atceras, kādu dāvanu saņēma Bērnības svētkos? Šoreiz piecgadniekiem dāvana ir latviešu tautas pasaku grāmata, jo nav noslēpums, ka paslīktinās lasītprasmes."

Balvu Kultūras un atpūtas centra direktore Dita Nipere klātesošajiem jautāja: "Kāpēc tiek svinēti Bērnības svētki? Atbilde ir ļoti vienkārša. Tāpēc, ka tie ir ģimenes stiprināšanas svētki. Mazie gaviļnieki ir sapulcējuši sev apkārt pašus svarīgākos, nozīmīgākos un uzticamākos

cilvēkus. Kādam bērniņa nāk prātā ar dažādām garšām, smaržām un piedzīvojumiem. Kādam tā ir māmiņu roku smarža, kādam – šokolādes un saldējumu garša. Kādam tās ir draiskulības un palaidnības. Šodien šeit bērni savās sirsniņās ierakstis ļoti iespaidīgu un krāšņu pārdzīvojumu. Laimīgs ir tas, kas bērniņu atceras. Lai svinam, lai svētki mūsu atmiņas un sirsniņās vienmēr paliek!"

Interesanti, ka daudzi aptaujātie vecāki par to, kā bērniem un jauniešiem pietrūkst, atzina, ka vēlētos labiekārtotu un mūsdienīgu ezermalu. Tāpat izskanēja retorisks jautājums par futbola laukumu Balvu stadionā un rotaļu laukumu Viļakā. Novada vadītājs S.Maksimovs atzina, ka rotaļu laukuma uzlabošanai pie daudzdzīvokļu mājas Eržepoles ielā ir dažādas iespējas: "Varētu piedalīties programmā, kas paredz pašvaldības līdzfinansējumu. Šajā pagalmā iedzīvotāji ir ļoti aktīvi, viņi rūpējas arī par volejbola laukuma uzturēšanu. Iedzīvotāju iniciatīva var atrisināt daudzus, pat vissarežģītakos jautājumus. Attiecībā uz stadionu, jāsecina, ka futbolu tur var spēlēt. Tā ir futbolistu izvēle. Eksperti apgalvo, ka ar laiku ūdens ceļu atradis. Lai stadionu pārbūvētu, maigi izsakoties, nepieciešamas nesamērīgas izmaksas. Raganu medības neko nedos, bet vai esam gatavi ieguldīt 300 000 euro?"

*Tupinājums 4.lpp.

Īszinās


provizoriskie dati. Dzimstība turpina samazināties un joprojām ir vairāk nekā uz pusi zemāka par mirstību. Šogad pirmajos sešos mēnešos reģistrēto jaundzimušo skaits – 7 051 bērns – ir par 975 dzimušajiem jeb 12,1 % mazāks nekā 2022. gada attiecīgajā laika periodā.

Spriedīs par Baltinavas parku

18.augustā plkst. 11.00 Baltinavas Kultūras nama foajē telpā, Kārsavas ielā 16, baltinavieši tiek aicināti uz tikšanos, lai kopīgi izrunātu un vienotos par Baltinavas parka attīstības redzējumu. Jāpiebilst, ka septembra vidū Baltinavas parkā darbosies Latvijas Biozinātņu un tehnoloģiju universitātes studenti, lai izstrādātu Baltinavas parka tālāko attīstības plānu.

**Nākamajā
Vadugūnā**

● **Atklāj patvēruma meklētāju centru**
Notikums Alūksnes novada Liepnas pagastā

● **Vairumam sāp mugura**
Profesionālu speciālistu palīdzība

Aicina pieteikt produktus konkursam

Līdz 11.septembrim mazie ražotāji un mājražotāji aicināti pieteikt savus produktus jau ceturtajam "Novada Garša" produktu kvalitātes konkursam deviņās kategorijās: piens un piena produkti (t.sk. kazas un aitas piena produkti); gaļa un gaļas pārstrādes produkti; zivis un zivju produkti; ogu, augļu un dārzeņu produkti; maize un milti izstrādājumi; medus un to produkti; bezalkoholiskie dzērieni (t.sk. sulas, raudzētie dzērieni); raudzēti alkoholiskie dzērieni (piemēram, alus, vīns, sidrs u.c.); stiprie alkoholiskie dzērieni.

Samazinājies mirušo un jaundzimušo skaits

Šī gada sešos mēnešos reģistrēts 14 291 mirušais, kas ir par 1 434 mirušajiem jeb 9,1 % mazāk nekā pagājušā gada attiecīgajā periodā un par 49 mirušajiem jeb 0,3 % mazāk nekā laikā pirms pandēmijas – 2019.gada pirmajā pusē, liecina Centrālās statistikas pārvadī



33

ISSN 1407 - 9844

Laikraksts iznāk kopš 1950. gada 5. marta ● Nr. 62 (9539)

Nedēļas jautājums

Kādus cilvēkus vēlaties redzēt jaunajā valdībā?

Aija Socka



ANNA no Bērzpils: – Valdībā jābūt savā aroda pratējiem. Ministriem pamatiņi jāpārķina sava nozare. Nu nevar, piemēram, kultūras cilvēks būt aizsardzības ministrs un otrādi. Vajag vairāk domāt par tautu, nevis par savas partijas ambīcijām. Jāstrādā tā, lai Latvijas valsts stabilitātes lielākie akmeņi – ekonomika, sociālā un veselības sfēra – turētos stabili. Lai gan ipaši nesekoju līdzi politikai, tomēr saprotu, ka naudas ir tik, cik ir, bet tāpēc jau ir valdība, ministru kabinets – gudri vīri un sievas, lai darītu visu iespējamo, lai valsts labklājība vairotos, nevis slīdētu lejup.

AGRITA no Bērzpils: – Jaunajā valdībā vēlētos redzēt tādus cilvēkus, kuri domā par Latvijas iedzīvotājiem, nevis tikai par savu macību, kuri ir par Latviju un tās attīstību, nešķirojot, kāda Latvijas daļa tā ir, kuri domā par Latvijas iedzīvotājiem, viņu interesēm un vajadzībām. Kariņam jau sen vajadzēja iesniegt demisiju, nevis moci Latvijas tautu un vēl vairāk nīdēt to ārā. Jaunajam premjeram jābūt ar

stingru mugurkaulu, kurš vēlas un ir gatavs darīt visu Latvijas dēļ. Mēs pietiekoši esam šos gadus jutušies šai valstij ne visai vajadzīgi, lai neteiku, ka pavism atstumti.



LĪGA no Bērzpils: – Par premjerministru vēlētos redzēt Aivaru Lembergu, jo Ventspils ir skaista pilsēta, kas daudzējādā zinā ir viņa nopelnī. Ministriem tomēr vajadzētu pārzināt savu jomu, kurā strādā. Piemēram, veselības ministram jābūt zinošam medicīnā, zemkopības ministram jābūt tuvu laukaimniekiem un, protams, tautai. Apmierina Krišjāņa Kariņa demisija. Interesē, kas valdībā mainīsies, tomēr ne tik loti, lai justos *ieraute* politikā. Tagadējo labklājības ministri tomēr nevēlētos redzēt premjerministes krēslā.



SOLVITA no Bērzpils: – Jaunajā valdībā vēlos redzēt godīgus, atbildīgus un zinošus cilvēkus. Tādus, kuriem interesē savas tautas vajadzības, kā, piemēram, izglītība, veselības jomā un ārlītās. Konkrētus kandidātus gan nevaru nosaukt, jo politikai tik loti nesekoju, ipaši vasarā. Pagaidām ceru, ka Evika Siliņa nebūs sliktā valdības vadītāja, lai gan zinām, ka politikā notiek mistiskas lietas – kā noklūst amatos, tā pazūd solijumi.



VIJA, dzīvo Krimuldā: – Jau vairākus gadus attiecībā uz politikā/valdībā notiekošo mani ir bezspēcības, pāraugošas vēlāk neieinteresētā, sajūta. Laiķā, kad strauji savijas dažādas vērtības un nevērtības, kad sabiedrība klūst aizvien sadrumstalotāka, kad ir ārpusvalsts ietekmes un vilinājumi, kad līdzās karš, propaganda un populisms, kad sabiedrībā jūtams pamātīgs nogurums, valdībā nepieciešami kā minimums divi līdz trīs spēcīgi krizes menedžeri un superspēcīgi līderi. Un līderi-darītāji, nevis darba imitatori-populisti. Kas attiecas uz Kariņa valdišanas laiku, tad atbildei Isa: viņš nav krizes menedžeris, taču šaubos vai kāds ir staigājis viņa kūrķēs, lai būtu tiesīgs nosodīt padarīto.

Automātiskais atbildētājs
64520961



Hallo!

"Pagājušajā avīzē numurā bija raksts par bērnu drošību uz ceļiem, ipašu uzmanību pievēršot tieši elektroskrejriteņu izmantošanai satiksmei. Diemžēl arī Balvos ik pa laikam nākas novērot, ka bērni ar tiem pārvietojas līoti pārgalvīgi. Turklat esmu redzējusi arī gadījumu, kad uz elektroskrejriteņa vienlaikus atrodas divi pusaudži. Protams, vecāki savu atvašu uzvedību un rīcību, kad viņi nav pieaugušo redzesloka, nevar pilnībā izkontrolēt, bet bērni nepārtrauki ir jāmāca, jāmāca un vēlreiz jāmāca, ko un kā drīkst, bet kas ir nepielaujamī. Galu galā līdz nelaimei ir tikai pussolis," uzsver balveniete.

"Biju Viļakas pilsētas 730 gadu jubilejas svētkos. Viss jau

MANA NEDĒĻA

Nesen atgriezos no Gruzijas, kur bijām kopīgā ģimenes ceļojumā. Apskatījām Batumi pilsētu, baudījām gardos gruzīnu ēdienus, muzikālos priekšnesumus, devāmies kalnos, nakšņojām kalnu namiņā pie milzīga ūdenskrituma. Bija aizraujoši doties pa kalnu upes Martvili kanjona skaistākajām vietām ar laivām un ar bagiju. Katru dienu peldējāmies Melnajā jūrā. Gūtie iespaidi vēl ilgi priečes sirdi un paliks atmiņā. Šonedēļ atpūšos, jo šī man ir pēdējā nedēļa mājās, tāpēc kārtīgi izgulēšos un izbaudišu pēdējās augusta Saulainās dienas. Driz sāksies ierastā rutīna un mācības Jāņa Ivanova Rēzeknes mūzikas vidusskolā. Brīvajos brīžos labprāt uzspēlēju klavieres un padziedu, trenējos, pamēģinu kaut ko jaunu, jo bez mūzikas nekādi nevaru. Nedēļas nogalē labprāt došos uz Rīgu pie vokālā pedagooga, jo jau augusta beigās mani sagaida Lūznavas muižas džeza festivāls "Šķiuņa džezs", kuru gaidu ar nepacietību.



DAIRA IKSTENA, bērzpiliete

No vēstulēm

Kā rīkoties, nonākot nepatīšanās internetā?

Kā rīkoties, ja esi saskāries ar nepatīkamu situāciju internetā vai pamanījis kaitīgu vai nelegālu saturu? Un kā palīdzēt bērnam, kurš, darbojoties internetā, ir nonācis neērtā, apkaunojošā, pazemojošā vai pat bīstamā situācijā? Atbilde uz šo jautājumu ir jāzina ikvienam – risks saskarties ar kaitējošu saturu vai noklūt problēmsituācijā internetā ar katru gadu pieaug. Dažāda rakstura un smaguma pakāpes seksuāli pārīdarījumi, krāpniecība vai pazemošana – šīs ir dažas no situācijām, ar kurām var nākties saskarties ikvienam – gan bērnam, gan ari pieaugušajam.

Pieaugušajiem grūtību pārvarēšana ir vienkāršaka, taču vairums bērnu un pusaudžu, nonākot nopietnās nepatīšanās, meģina slēpt notikušo un noslēdzas sevī. Vecāki parasti šādos gadījumos jūt pārmaiņas savu bērnu uzvedībā, tāpēc svarīgi ir ātri un adekvāti reaģēt, lai palīdzētu. Vecāku atbalsts palīdzēs bērnam nekrist panikā un nejusties vientojumam. Kā vecāki išti var palīdzēt?

Pirmkārt, tā ir iegūtīga un sirsnīga saruna. Vecākam ir uzmanīgi jāuzklausa bērns, nenosodot, nepārtraucot un lieki netincinot. Ir arī svarīgi neizrādīt sakāpinātas emocijas, citādi bērnam būs grūti izstāstīt visu patiesību par notikušo. Ir jāsaprot, ka bērns ir situācijas upuris, tāpēc viņš ir jāatbalsta, nevis jāsabar vai jāsoda. Visdrīzāk, bērns būs satraukts, nomākts vai nobījies, tādēļ parūpējieties, lai viņš jūtas drošībā.

Otrkārt, ja nav pārliecības, ka tiksiet galā pašu spēkiem, ir vērts apsvērt

iespēju vērsties pie pieredzējuša speciālista. Atkarībā no situācijas, tas var būt psihologs vai psihoterapeits, kas palīdzēs tikt galā ar pārestības sekām.

Treškārt, pēc atbalsta iespējams vērsties organizācijās, kas specializējušās konkrētu problēmu risināšanā. Tā, piemēram, *Drossinternets.lv* var ziņot par dažāda veida pārkāpumiem – bērnu seksuālu izmantošanu saturošu materiālu apriti un pavedināšanu internetā, par mudināšanu uz vardarbību, kibermobingu jeb pazemošanu internetā. IT drošības incidentu gadījumā jāvēršas *CERT.lv*. Ja noticis personas datu pārkāpums – to publiskošana, izpaušana trešajām personām, nopludināšana, aicinām sazināties ar Datu valsts inspekciju. Naida noziegumu un diskriminācijas gadījumos vislabāk palīdzēs Latvijas Cilvēktiesību centrs. Valsts policijā var vērsties par jebkādu veida pretlikumīgām darbībām un nelegālu saturu internetā.

Ceturkārt, lielākā daļa sociālo tīklu platformu piedāvā ziņot par aizvainošanu vai vecumam nepiemērotu saturu. Pārliecinieties, ka jūsu bērns zina, kā ziņot par problēmām un izmantot šīs funkcijas.

Piektkārt, atbilstoši drošības un privātuma iestatījumi profiliem sociālajos tīklos un foto/video platformās palīdzēs izvairīties no nepatīkamām situācijām gan bērniem, gan vecākiem. Vecāku pienākums ir pašiem saprast, kā padarīt drošus sociālos tīklus, un pastāstīt saviem bērniem par to, kāpēc privātums internetā ir svarīgs, kā arī palīdzēt izvēlēties atbilstošus iestatījumus bērnu

kontiem un ierakstiem sociālajos tīklos. Noteikti pēcāk ir vērts pārliecināties, vai tas ir izdarīts, un ikgadējā sekot līdzi, ar ko un kā globālajā tīmeklī sazinās bērns.

Nobeigumā vēlos aicināt izmantot *Drossinternets.lv* izstrādāto Sociālo tīklu drošības ceļvedi, kurā apkopoti drošības un palīdzības rīki, kas palīdzēs parūpēties par savu un bērnu drošību internetā.

MAIJA KATKOVSKA,
Drossinternets.lv vadītāja

Āboliem krītot

Āboli rasotā zālē krīt
No ābeles zariem aiz loga mana,
Drēgnu elpu dveš augusta rīts,
Briest pamalē saule kā ābols – sarkana.

Visu nakti dzirdēju ābolus krītam,
Šķita – smagiem soļiem tur garām iet
laiks,
Un kalendārā atkal mainās cipars –
Kā solis smagais var būt tik raits?

Rudens elpu es sajūtu gaisā,
Un jau koku lapās izezagās rūsa...
Bet varbūt, ka zeltu kaisa
Āberza zaļajos matos kāda roka klusa?

Agrs rudens pēc negantas svelmes...
Gluži kā pēc lidojuma augsta
Ikara smagais kritiens,
Smags kā āboli būkšķi tur laukā...

Skaisti āboli zemē tur krīt,
Pilni saldmes un vasaras kvēles...
Ābolu ir tik daudz! Kurš gan tos lasīs?
Bet ābele briedē augļus, tā nejautā,
kāpēc...

NAURIS GEKIŠS

Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: vaduguns@apollo.lv

skaisti, bet ņēl, ka bija tik salīdzinoši maz cilvēku. Mūsdienās tas pasākumu klāsts jau arī ir tik līoti plašs, ka cilvēki izķlist, kur nu kurš. Tomēr prieks, ka šādas nozīmīgas gadskārtas atceras. Varbūt uz 800 gadu jubileju cilvēku būs, kā saka, *ka biezis?*" ar zināmu humora piedevu sprieda lasītājs.

"Latvijā nav pienācīgi novērtēti darbinieki ar augstāko izglītību, kur nu vēl fiziska darba veicēji! Protams, ir arī labi un līoti labi apmaksātas profesijas, bet cik tad tādās ir? Normālā valstī ģimenei, kurā ir divi pieaugušie un divi bērni, vajadzētu atlauties vismaz divreiz gadā četratā aizbraukt tālākā ārzemju ceļojumā, bez rūpēm un stresa nodrošināt visas ikgdienas

vajadzības (komunālie maksājumi, normāls apģērbs un ēdiens, atpūta nedēļas nogalēs, neparedzēti tēriņi), vismaz 300 euro katru mēnesi atlīkt uzkrājumos un nedomāt par kreditiem. Savukārt, ja ir vēlme paņemt lielu hipotekāro kredītu, tad to vajadzētu arī bez problēmām iegūt, nevis bankā klausīties, ka Latgale ir ekonomiski depresīvs reģions un ienākumi ir pārāk mazi, lai piešķirtu kredītu. Pamatā cilvēkiem par normālu, cilvēcisku dzīvi jācīnās, bet rezultātā daudziem vecumdienu tāpat nākas pavadīt pusnabadzībā. Diemžēl, secina lasītāja, kura piezvanīja uz laikraksta "Vaduguns" redakcijas autoatbildētāju.

Apsveicam!

Tagad jauns statuss – sieva un vīrs!

1.jūlijā Balvu Evaņģēliski luteriskajā baznīcā laulību gredzenus mija un viens otram ‘Jā’ vārdu teica balvenieši Baiba Auziņa un Mārtiņš Putniņš. Jaunā pāra liecinieki šajā skaistajā notikumā bija Baibas māsica Kristine Reveliņa ar draugu Aigaru Akmentiņu.

Baibu un Mārtiņu liktenis saveda kopā draugu dzimšanas dienā, taču attiecības viņi uzreiz neuzsāka. Liktenīgs izrādījās kāds dārza pikniks pie Baibas, uz kuru ieradās abu draugi, un vēlāk pievienoja arī Mārtiņš. Kopš tā brīža sākās Baibas un Mārtiņa kopējais dzīves ceļojums, kura laikā pirms četriem gadiem viņi piedzīvojuši vēl kādu skaistu notikumu – meitiņas Amēlijas nākšanu pasaulei. “Jau pagājuši desmit gadi, kopš esam viens otram, tāpēc beidzot nolēmām, ka pienācis laiks oficiāli kļūt par sievu un vīru. Par savu iepazīšanās datumu uzskatām 1.jūniju, tieši tādēļ arī kāzas nolēmām plānot 1.datumā, tikai citā mēnesī – jūlijā,” skaidro Baiba un Mārtiņš.

Atceroties savu balto dzīves dienu un tajā piedzīvotos skaistos mirklus, jaunlaulātie teic, - tā bija fantastiska, jo tika pavadīta ar pašiem milākajiem un tuvākajiem cilvēkiem. Mārtiņam ir liela ģimene – viņš nāk no piecu bērnu ģimenes, kurā ir pats jaunākais. Ne mazāk kupla saime ir arī Baibai, kurai divas māsas dzīvo Latvijā un divas Anglijā. Baiba un Mārtiņš stāsta, ka kāzu dienā piedzīvojuši daudz patīkamu un neaizmirstamu emociju – pēc ceremonijas jaunlaulātie devās uz Stāmerienas pili, kur malkoja pirmo šampanieša glāzi un lāvās kāzu fotosesijas burvībai. Savukārt svinības līdz pat rīta gaismai notika viesu namā “Dīķsalas”.

Jaunlaulātie atklāj, ka pagaidām kāzu ceļojumā doties neplāno. Visticamāk, šis plāns īstenosies pavasarī, kad ir doma pabaudit kādas siltās zemes viesmīlibu. Taču, kamēr tas nav noticis, Baiba un Mārtiņš atgriezušies ikdienas darbos – Mārtiņš strādā celtniecībā, savukārt Baiba degvielas uzpildes stacijā “A/S Virši”. Jautāta, kādas sajūtas, kad pirkstā laulību gredzens, Baiba atzīst: “Sajūtas būtiski nav mainījušās, jo iepriekš visu laiku nēsāju saderināšanās gredzenu, tagad – laulību. Vienīgais, pie kā man tiešām bija jāpierod, ir gredzens Mārtiņa pirkstā.”



Turpinās lolot un pilnveidot savu ģimeni

7.jūlijā Viļakas Romas katoļu baznīcā viens otram ‘Jā’ vārdu teica un gredzenus mija Liepnas pagasta iedzīvotāja Elga Dzelzskalēja un krišjānietis Jānis Iljanovs. Jauno pāri dzīvē ievadija Jāņa māsa Skaidrīte Rumaka ar vīru Edgaru.

Elga stāsta, ka ar savu nākamo vīru iepazinusies, mācoties Malnavas koledžā: “Mācījāmies vienā skolā, dzīvojām kopītnēs, bet vakaros pēc skolas tikāmies draugu kompānijā. Tā viens otrā arī ieskatījās. Jānis manu uzmanību piesaistīja ar savu rūpju pilno un miļo attieksmi pret mani. Simpātisks un gudrs puisis. Ko lai saka – tā bija milestība no pirmā acu skatiņa, kas drīz vien pārauga astoņus gadus ilgās attiecībās, kuru laikā nāca pasaulei mūsu meitiņa Evelīna.”

Kādudien Elga no Jāņa saņēma bildinājumu un pēc nepārprotama ‘Jā’ vārda abiem bija skaidrs, ka jāsāk plānot kāzu svinības. Atminoties savu balto dienu, jaunlaulātie sajūsmīnāti apliecinā, ka kāzas izdevās pat vēl labākas, nekā bija cerēts. Un tas lielā mērā, pateicoties superīgaļiem kāzu vadītājiem Rolandam Keišam ar sieviņu Elinu. “Pēc svinīgās laulību ceremonijas kopā ar lieciniekiem devāmies uz fotosesiju Stāmerienas pili, pēc kuras svinības turpinājās viesu namā “Vonadziņi”. Kopā ar mums šajā ipašajā dienā bija aptuveni 60 cilvēki – paši tuvākie radi un draugi, kuri priečājās līdz ar mums. Diena bija pozitīvām emocijām pārpildīta, bet viisspīgtāk atmiņā mums abiem noteikti paliks kāzu deja. Tas bija vārdiem neaprakstāms un iipašs brīdis,” apliecinā Elga un Jānis.

Pēc kāzām jaunlaulātie atgriezušies ikdienas gaitās un vismaz pagaidām medusmēneša ceļojumā doties neplāno. Kā paši teic,- šie plāni atstāti tuvākajai nākotnei. Abi dzīvo un strādā Balvos. Jaunlaulātie ir gandarīti, ka tagad, kad laulību gredzens pirkstā, beidzot viens otru var saukt par vīru un sievu. Viņu mērķis ir turpināt lolot un pilnveidot savu ģimeni!

Jaundzimušie

9.jūlijā pulksten 8.12 piedzima puika. Svars – 3,915kg, garums 52cm. Puisēna mamma Sigita Akermane dzīvo Alūksnes novada Jaunalūksnes pagastā.

10.jūlijā pulksten 1.28 piedzima puika. Svars – 3,870kg, garums 57cm. Puisēna mamma Nadīna Apšeniece dzīvo Balvu novada Kubulu pagastā.

12.jūlijā pulksten 9.47 piedzima puika. Svars – 3,905kg, garums 57cm. Puisēna mamma Agneta Indrika dzīvo Balvu novada Rugāju pagastā.

14.jūlijā pulksten 21.14 piedzima puika. Svars – 3,480kg, garums 57cm. Puisēna mamma Jekaterina Bartaševiča dzīvo Cesvainē.

15.jūlijā pulksten 1.27 piedzima meitenīte. Svars – 3,715kg, garums 52cm. Meitenītes mamma Samanta Čirka dzīvo Balvu novada Lazdukalna pagastā.

15.jūlijā pulksten 3.01 piedzima meitenīte. Svars – 2,570kg, garums 51cm. Meitenītes mamma Santa Matisāne dzīvo Balvu novada Šķilbēnu pagastā.



15.jūlijā pulksten 6.50 piedzima puika. Svars – 4,110kg, garums 58cm. Puisēna mamma Līva Dzenīte dzīvo Rīgā.

*Sākums 1.lpp.



Patīk Balvi. Andžela un Uģis Mežkuti ar četrus mēnesus jauno Marku, desmitgadīgo Tomu un Zekīšu svētku gaviļnieci Miu neslēpa, ka arī pēc desmit gadiem viennozīmīgi dzīvos Balvos. "Esam saplānojuši savu dzīvi tā, lai dzīvotu Balvos. Patīk ezers, atsaucīgi un draudzīgi cilvēki. Arī saulrietu labprāt paskatāmies. Kā pietrūkst? Labi apmaksātu darbavietu," teica Andžela, piebilstot, ka šoks bijis liels, kad izskanēja ziņa par iespējamo dzemēdību nodalas slēgšanu: "Mēs jau bijām gatavi iet uz kultūras namu, lai aizstāvētu savējos."



Vajag bumbu vannas. Jolantas Saulevičas Loginas meitiņa Melisa piedzima pērnā gada 4.martā. Viņas māmiņa nešaubās, ka svētki ir ļoti svētīgi ģimenēm: "Balvos mazuļiem varētu nodrošināt kopīgu baseina apmeklēšanu. Piemēram, tās varētu būt bumbu vannas, kur mazuļi viens otru iepazist. Domāju, ka bērniņi jāradina būt kopā ar vienaudžiem, jo daudzi dārziņā neiet. Viņiem jāredz, ka ir arī citi mazi skudrulēni."



Kopā jautrāk! Estere Zvejniece piekto dzimšanas dienu svinēs novembrī. Viņai izdevās pašūpoties kopā ar Sienāziti.



Kas bērniem pietrūkst Viļakā? Veronikas māmiņa Alīna Aksjonova no Viļakas paskaidroja, ka svētkus svinēs kopā ar meitiņas krustmāti Lidiju, vecmammu Alonu, brāli Danielu un brālēnu Deividu. Spriežot, kas bērniem pietrūkst Viļakā, Alīna atzina, ka izpaliek bērnu nometnes. "Viļakā nav. Vajag rotaļlaukumu Eržepoles ielā pie daudzdzīvokļu namiem. Tur ir daudz bērnu, tur atrodas vecas šūpoles," viņa atklāja.



Galvenais ir miers. Emīlija Krilova piecu gadu jubileju svinēs 30.augustā. Vectēvs Juris Gavrjušenkovs un vecmamma Ginta Krilova pavēstīja, ka galvenais ir mierīgas debesis virs zemes.



Kas tas tāds? Skaidra Komeļova (foto no kreisās) no Tilžas taujāta, vai dodas atpūsties uz Balvu ezeru, atsmēja, ka mazmazmeitiņai Karīnai Reimandovai dāvās sapņu vienradzi.



Klēpi jūtas ērti. Kristofers Zvejnieks, kā liecina foto, sadraudzējās ar Mīkipeli. Andris Zvejnieks un Kristīne Ivenkova ir pārliecināti, ka vislielākās pārmaiņas nepieciešamas ezermalā, kur vajadzētu uzbūvēt bērniem un jauniešiem draudzīgas un drošas atpūtas vietas.



Dzimus Lāčplēša dienā. Amandas vecāki Mārtiņš Eihe un Daiga Kravale lepojas, ka meitiņa dzimusi Lāčplēša dienā. "Svētki bērniem ir vairāk nekā vajadzīgi," viņi uzsvēra.



Kas kuram ir? Alises krusttēvu Agri Keiseli pasaku tēlos tērptie pasākuma vadītāji izaicināja uz pumpēšanos, ko Agris gods godam izdarīja. Krustmāte Guna Ķerģe paziņoja, ka krusttēvam ir spēks, lai Alisi vienmēr aizstāvētu. Lūgta atklāt, kāds ir Gunas spēks, krustmāte smaidot paskaidroja: "Gudriba. Esmu pedagoģe. Mūsu krustmeita ir tik gudra, ka uzdāvīnāto grāmatu viens divi izlasīs."



Paspēj arī izšūpoties. Zeķišu svētku gaviļnieks Ričards Romanovs no Tilžas iemanījās iemēģināt arī Bērnības svētkiem paredzētās šūpoles. Mazuļa māmiņa Indra sprieda, ka mazuļiem svētku pietrūkst.



Kas vairāk uztraucas? Raivis Ķerģis, taujāts, vairāk uztraucas tētis vai meitiņa Alise, atzina, ka gaviļnieces mamma Arta. "Kāpēc uztraucos? Liela un svarīga diena. Meitiņa no rīta paziņoja, ka svin savu bērnību, piebilstot, ka nav pieaugusi, bet nav arī bēbītis," Arta paskaidroja.



Mudina celt dupšus gaisā. Svētku zvaigžņu lomā iejutās krustvecāki, kuri atraktīvi spēlēja gan ģitāru, gan demonstrēja modernus deju soļus. Foto no labās - Gabrielas Paulīnas krusttēvs Aivis Jermacāns un krustmāte Diāna Poševa.



Kopā ar pasaku tēliem. Agnese un Dainis Šāveļi kopā ar meitiņu Kendiju sprienda, ka mazuļiem ar vienu rotaļu laukumu Balvos nepietiek: "Arī ezera krastmalā vajadzētu uzbūvēt promenādi."



Lai izdodas! Valdis un Inese Maslovska kopā ar meitu Mariju un dēlu Martinu svētkos sveica jaunāko ģimenes atvasi Marku. Interesanti, ka gaviļnieka brālis Martins devīto dzimšanas dienu svinēs 19.augustā. Izrādās, ka dāvanā viņš kāro saņemt pasaulslavenā futbolista Lionel Mesi sporta tērpā. "Labam futbolistam jāprot ātri skriet un redzēt, kam izdarīt ašu piespēli," Martins paskaidroja. Savukārt vecāki piebilda, ka ar Mesi par tērpā jau viss esot sarunāts. "Tas vēl celā," pačukstēja Inese. Atliek piebilst – lai izdodas!



Pilngadnieki. Foto pirmajā rindā no kreisās: Balvu Valssts ģimnāzijas audzēknis Kristaps Loginovs (astoņpadsmit gadus svinēs decembrī), Balvu vilks, Sofija Galuškina (18-to dzimšanas dienu svinēs 22.decembrī, šogad turpinās mācības Balvu Profesionālajā un vispārizglītojošajā vidusskolā, apgūstot komerczinības), Rēzeknes tehnikuma audzēknis Kristers Kacēns. Otrajā rindā no kreisās: Rēzeknes tehnikuma audzēkņi Mairis Salmanis, Markuss Brenčs, Ralfs Resnis un Balvu Kultūras un atpūtas centra direktore Dita Nipere.



Trīs svētki vienā dienā. Zeķišu svētkos sumināja 40 mazuļus, Bērnības svētkos – 37 bērnus, Pilngadības svētkos – 6 jauniešus. Balvu Kultūras un atpūtas centra kultūras pasākumu organizatore Diāna Poševa atzīst, ka organizatoriem visgrūtāk ir prognozēt potenciālo svētku dalībnieku skaitu.



Visu atceras. Elinas Grābenas māmiņa Oksana pastāstīja, ka meitiņu sveiks krusttēvs, krustmāte un vecvecāki. "Noskaņojums ir jauks. Arī pati kaut ko atceros no saviem Bērnības svētkiem. Atceros arī Pilngadības svētkus Borisovā. 5-6 gadus jau dzīvoju Balvos. Gribētos, lai pilsētā ir lielāks spēļu laukums," sprieda Oksana.

“Neko šajā pasaulē nevar

Pirms 95 gadiem Latvijas Valsts prezidents Gustavs Zemgals izsludināja Saeimas pieņemto likumu “Par pilsētu tiesību piešķiršanu 16 miestiem”. Visām jaunajām pilsētām atstāja agrākos nosaukumus, izņemot Vecgulbeni, kas pārtapa par Gulbeni. Līdz ar to miestu pašvaldības Latvijā pārstāja eksistēt, bet jaunajām pilsētām pavērās plašākas attīstības iespējas, savukārt jaundibinātajām pilsētu domēm uzgūla lielāka atbildības nasta par finansiālo, sociālo un citām komunālās sadzives jomām. Nevienai no jaunajām pilsētām nebija sava ģerboņa. Ar to sarūpēšanu gāja visai raibi. Piemēram, Balvi lūdza, “lai uz ģerboņa apakšējās daļas, gaiši zilā fona, uz tuksnešaina Latgales lauka būtu attēlots partizānu pulka karavīrs atrīvošanas gaitās, bet ģerboņa augšējā daļā – ezera malā – uzplaukstoša pilsēta, austošas saules staru apspīdēta”. Savukārt Sigulda prasīja, lai ģerboni būtu “krustotas slēpes”. Kā ir šobrīd? Kā šīs pilsētas ir vai nav attīstījušās? Cik tās ir dažādas? Kā pašvaldībās rūpējas par sabiedrības saliedētību, sekmē dažādu sabiedrības grupu, tostarp mazākumtautību, iekļaušanos sabiedrībā? Par to un citu laikraksta “Vaduguns” kolektīvs atbildes meklēs 17 aktivitātēs, ištekojot projektu “Dažādas krāsas vieno pilsētmāsas”.

Starp ezeriem un purviem

Sava veida oāze, kas pamazām atplaukst

Ja kādu laiku nav iznācis pabūt Kemeros, vērtīgi to būtu darīt. Te var ne tikai kārtīgi izstaigāties, baudot dabas pievilcību, bet iegūt arī informāciju par šejiennes pārvērtībām informāciju stendos un pārliecināties, ka Kemeri Nacionālā parka sastāvdaļa iegūst jaunu elpu, atdzīvojas un vieš cerību, ka kādreizējo spožumu varbūt atgūs arī Baltā pils – viena no kādreiz Latvijas prestižākajām celtnēm ar 100 komfortablām istabām kūrorta viesiem. Kemeri vārds joprojām asociējas ar kādreizējo slaveno kūrortu, kur veselību brauca uzlabot ne viens vien. Laikraksts “Vaduguns” tikās ar Jūrmalas tūrisma informācijas centra vadītāju ALEKSANDRU STRAMKALI, kura pārliecinoši stāstīja, ka Kemeri joprojām ir vieta, kur doties, lai labi pavadītu laiku, iegūtu jaunas emocijas, vienlaikus rodot enerģiju savai veselibai.

Kemeru Nacionālais parks ir milzīga dabas teritorija, un Kemeri tajā ir tikai kāda sastāvdaļa. Taču daudzi izvēlas apmeklēt tieši šo vietu, jo tā asociējas ar kādreiz tik daudzināto kūrortu. Kas te pievelk?

– Kemeros ir šis brīnišķīgais vēsturiskais kūrorta parks, gandrīz 200 gadus sens. Pie Kemeri parka atjaunošanas, izmantojot Eiropas Savienības fondu līdzekļus, pirms vairākiem gadiem kārēs Jūrmalas pilsēta, un jau gadsimtās trīs parks ir atvērti apmeklētājiem. Ir atjaunota tā infrastruktūra, ir jauns apgaisojums, celiņi, soliņi, sakopta arhitektūra. Atjaunots arī Kemeri ūdenstornis, kura sākotnējā funkcija bija un joprojām ir darboties kā hidrotehniskai būvei, apgādājot apkaimi ar ūdeni. Šobrīd tornis ir pieejams arī tūristiem, jo tajā iekārtotas divas skatu platformas, tur var uzķāpt līdz pašai augšai, lai vērotu apkārtnes skaistumu, ja vien tam pietiek drosmes. Torni var iepazīties arī ar informatīvu ekspozīciju, kas stāsta par svarīgām vēsturiskām personībām. Līdzās tām novietojām informāciju arī par Imantu Ziedoni, jo viņš ir strādājis vietējā Kemeri skolā un vietējā bibliotēkā, tādēļ mums ļoti piederīgs. Uzskatu, ka ir ieguldītas lielas investīcijas un cilvēkresursi, atjaunojot šo 20 hektāru teritoriju.

Vai lielais ieguldījums ir pamanīts un novērtēts?

– Kemeri parks ir lielākais publiskais parks ārpus Rīgas. Jā, esam novērtēti, jo saņemtas gan Latvijas, gan ārzemju valstu balvas, izsakot atzinību Kemeriem kā skaistākajam vēsturiskās rekonstrukcijas parkam. Vienlaikus tas dod stimulu attīstīties arī uzņēmējdarbībai, un pamazām jau tas notiek. Parka apmeklētājiem vietējie piedāvā ekskursijas, sāk darboties vietējie ēdināšanas uzņēmumi.

Bet kā ir ar kādreiz tik daudzinātā kūrorta nozīmi? Vai arī tas atplaukst?

– Parks nes arī šo funkciju. Parkā joprojām darbojas “Ķirzaciņa” – dabīgais sērūdens avots. Faktiski apkaimē atrodas visai daudz avotīnu, kuros tek dabīgais minerālūdens. Apkaimē joprojām neizsmelta dabas bagātība ir dūnas, ko no purva ved un izmanto Jaunkemeri sanatorijā. Jau balneoloģiskā (zinātne par ārstnieciskajiem minerālūdeņiem) kūrorta laikā viesi un apkaimes iedzīvotāji parku izmantoja pastaigām, priecājoties



Foto - A.Kirsanovs

Tūrisma informācijas centra vadītāja. Aleksandras Stramkales atziņa: “Cilvēki šodien jūtas emocionāli noguruši, jo dzīvē ir daudz problēmu, bet, atbraucot uz Kemeri, viņi ievēl elpu un jūtas citādāk. Kad pastaigājas, atpūšas un ierauga kaut ko patīkamu, cilvēks pārmainās iekšēji, un tas atspoguļojas viņā arī ārēji. Kemeri ir sava veida oāze, kas uzlādē un dod spēku.”

par skaistu ainavu un mierīgu gaisotni, lai sekmētu izveselošanos un uzlabotu veselību. Šī iespēja, pilnīgi par baltu velti, pieejama joprojām vai katram. Uzskatu, ka Kemeri ir lieliska vieta, kur ienākt investoriem, lai te atjaunotu un sniegtu kūrorta pakalpojumus.

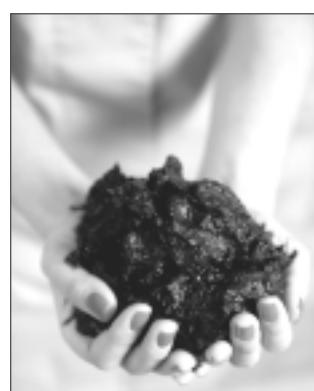
Ari vējainā diena nav šķērslis parka apmeklējumam, jo te patiesām ir skaistas ainavas un valda sakoptība.

– Pašvaldība no savas pušes ir daudz darījusi, un Kemeri parks līdz ar atjaunoto ūdenstorni ir viens no apmeklētākajiem objektiem Jūrmalā. Sezonas laikā ūdenstorni vien apmeklē aptuveni 40 tūkstoši cilvēku, bet kopā ar parku, sprīzeju, būs visi 100 tūkstoši. Vietējos jūrmalniekus par tūristiem nesaūksim, taču arī viņu te netrūkst. Parks ir iemīļota vieta jaunajiem pāriem un viņu viesiem pēc laulību ceremonijas. Līgavas baltais kleitās Baltās pils dārzā izskatās iespaidīgi, viņām patīk fotografēties, jo sanāk skaisti foto. Statistika liecina, ka visai daudz ceļotāju pie mums ierodas no Igaunijas un Lietuvas, bet sastopam arī tūristus no Skandināvijas valstīm, Vācijas, Niderlandes, Čehijas. Cilvēki te runā daudz un dažādās valodās. Sarunās ar viņiem noskaidrojam, ka ciemiņi izstaigā Kemeri parku un vēlas iepazīt

Ķemeri

■ Jūrmalas pilsētas daļa, bet no 1928. līdz 1959.gadam bija arī atsevišķa pilsēta. Ķemeri neapsaubāmi saistīs ar nozīmīga Latvijas kūrorta vārdu.

■ Jau 18.gadsimta otrajā pusē augstākā sabiedrība devās uz vietējo mežsargu mājām, lai baudītu no apkārtnes purva avotiem atvesto ūdeņu peldes. No mežsarga Ķemera vārda arī cēlies nosaukums purvam un vēlāk – kūrortam. Pēc laika atvēra pirmo viesnīcu, atklāja pirmo vannu iestādi. Abas ēkas gājušas bojā ugunsgrēkos.



■ Par kūrorta dibināšanu uzskata 1838.gadu, kad atklāja pirmo valsts peldu iestādi. Ķemeri kūrorta un apstādījumu ierikošanu bez atlīdzības uzņēmās Rīgas dailārznieks Kārlis Heinrihs Vāgners.

■ Kūrorts bija iecienīts Krievijas impērijā – 1912.gadā atklāja dzelzceļa tiešo satiksmi Ķemeri-Maskava, kas darbojās līdz 1920.gadam. Pirms Pirmā pasaules kara Ķemeros ārstējās ap 8300 cilvēku gadā.

■ Pēc Otrā pasaules kara Ķemerus pasludināja par Vissavienības nozīmes kūrortu. 1951.gadā atklāja elektrisko dzelzceļa satiksmi ar Rīgu.

■ Balto pili atklāja tālajā 1936.gadā, uzceltu par valsts līdzekļiem pēc arhitekta Eižena Laubes projekta. Atklāšanā klāt bija augstas tā laika amatpersonas un Valsts prezidents Kārlis Ulmanis. Tagad kādreizējā kūrorta viesnīca joprojām ir privātpašums, to var aplūkot tikai no ārpuses. Pirms vairākiem gadiem iipašnieks atjaunoja tās fasādi un iekšējās komunikācijas. Baltā pils gaida tālāko rekonstrukciju, lai kaut kad varbūt atdzintu savā spožumā.

■ Pēc Latvijas neatkarības atjaunošanas Ķemeri strauji zaudēja kūrorta nozīmi, 1995.gadā tos slēdza. Tagad ir izveidots nacionālais parks, pārbūvēts ūdenstornis, atjaunoti kultūrvēsturiskie objekti, un labiekārtošanas darbi turpinās.

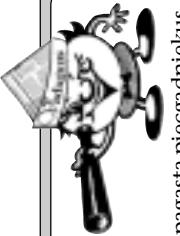
arī nacionālā parka tālākās pastaigu takas, sevišķi populāra kļuvusi Purva taka, kur var iegūt burvīgus foto ar saulēktiem un saulrietiem. Takas ierīkotas ar mērķi, lai novirzitu cilvēku plūsmu un, nekaitējot dabai, viņi mierīgi, bez steigas iepazītu tās bagātības. Ūdenstornis būs atvērts līdz oktobra beigām, bet Kemeri parks ir apmeklējams jebkurā gadalaikā. Atbrauciet šurp zelta rudenī vai arī sniegotā ziemā – skaisti te ir jebkurā gadalaikā! Vakaros iedegas apgaismojums, un pastaigas ir burvīgas. Parks priece ne tikai ar ziediem vai košuma augiem, bet arī ļoti seniem, vēsturiskiem kokiem. Mums ir pienākums saglabāt nacionālās vērtības, tādēļ senatnes liecības kopjam saudzīgi, līdz koki iznīkst dabīgā ceļā.

Lasiņu informāciju, ka parkā iestādīti trīs tūkstoši rožu, vēl tūkstošiem lapu krūmu, arī skuju koki, liepas. Rozes jau nozied, bet augsts ir balto hortenziju laiks.

– Novērojam, ka šurp brauc daudz rožu mīlotāju, kuri parasti jautā arī par to šķirnēm, tāpēc mūsu gidiem nācīties iemācīties un zināt rožu nosaukumus un iegūt zināšanas par to audzēšanu. Rožu dobu ir daudz, un pastaigas gar tām ieliksmo cilvēkus. No malas var redzēt, kā atdzivojas viņu sejas, uzplaukst smaidi, cilvēki kļūst it kā laimīgāki un draudzīgāki. Vide taču ietekmē mūsu izjūtas un attieksmi vienam pret otru, vai ne?! Tagad, augustā, jau sācies hortenziju laiks, un Baltās pils priekšā dārzs atkal ir krāšņs. Parku iekārtoja un ikdienā par to rūpējas uzņēmuma “Gartens” cilvēki, kuri te brauc un strādā.

Ar ko Jums pašai asociējas Ķemeri?

– Pirmais, ko šeit atbraucot gaisā sajūtu, ir sērūdeņraža smarža. Patīk, ka šis ir tieši kūrorta parks ar savu vēsturi, nevis vienkārši skaista pastaigu vieta. Tas atgādina arī seno vēsturi, liek palasīt informāciju par bijušajiem ārstiem, viņu darbu Kemeri dziedinātavā, par ārstniecības metodēm, kādas savulaik izmantotas. Kemeri apkaimē ir vērtīga dabas bagātība, kas mums joprojām ir pieejama pat pēc gandrīz 200 gadiem. “Ķirzaciņā” joprojām tek sērūdeņraža minerālūdens, ko var pagaršot, pasmaržot, noskalot tajā rokas un seju. Mums nav parasts parks, mums te ir dziedinātava ar vietējiem dabas resursiem.



Svētdiena, 27.augusts
**Vardadienu svītā
Alens, Jorens, Žanis**

Vardadienu svītī:
Alens, Jorens, Ža-

LTV 1	<p>Čīle, Neruda". Dok. filmu cikls.</p> <p>10.50 "Baiķeru garšas ekspedīcija: ziemeļi". Dok. filmu cikls.</p> <p>11.50 "Neprāta cena". Seriāls.</p> <p>14.05 "Mīsdoneras slepkavības". Detektīvseriāls.</p> <p>17.20 "Hadsons un Reksis 4". Detektīvseriāls.</p> <p>21.00 "Pasaules meistrasācīkstes vieglatlētikā". Tiešr. Seriāls.</p> <p>23.05 "Franču kriminālieta". Animācijas seriāls.</p> <p>24.00 "Sporta studija. Aizkulīses". Atk.</p> <p>1.00 "Meža stāsti". Atk.</p> <p>1.30 "Spots". Atk.</p> <p>2.00 "Mēlu laboratorija". Atk.</p> <p>2.55 "Jelās garumā". Atk.</p> <p>3.20 "Cylaidi latviskais" piešāvā. Trēša zvaigzne.</p> <p>Sākotnē. Personība". Atk.</p> <p>3.50 "Zalgalvis". Atk.</p> <p>4.05 "Vēstures skolotājs. Ekspedīcija laikā". Atk.</p> <p>9.35 "Mia un es 4". Animācijas seriāls.</p> <p>10.00 "Kīri un Lū 2". Animācijas seriāls.</p> <p>10.05 "Mazā nāriņa". Paskau filma.</p> <p>11.05 "Mobings. Izdzīvošanas skola". Dok. filma.</p> <p>12.00 "Dievkalpojums Jaunciema ev. lut. baziņcā".</p> <p>13.00 "Lielās patiesības". Dok. filma.</p> <p>13.30 "Māja pie ezera". Daudzseriju filma.</p> <p>14.20 "Britišķīgā kucēnu pasaule 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.05 "Latvijas sirdsdižesma". Atk.</p> <p>16.05 "Īstās latvju saimnieces". Atk.</p> <p>17.05 "No bitēm nevar zināt". Videostāsts par aktīvīti Veltu Lini.</p> <p>18.00 "Dienas zīnas".</p> <p>18.25 "Vasarā Andalūzijā". Melodrāma.</p> <p>20.00 "Panorāma".</p> <p>20.14 "De facto".</p> <p>21.05 "Agata Kristi. Erikls Puaro 12". Seriāls.</p> <p>22.35 "Mījkēslī". Vēsturiska drāma.</p> <p>0.45 "Latvijas sirdsdižesma". Atk.</p> <p>1.45 "Iežīmētie". Dok. filma.</p> <p>3.00 "Māja pie ezera". Daudzseriju filma.</p> <p>3.45 "Kulturfirdeva". Atk.</p> <p>4.40 "Nacionālē dārgumi. 100 g kultūras". Atk.</p>	<p>9.00 "Restauratoru darbnīca 2". Realitātes šovs.</p> <p>10.00 "Bīznesa attīstība 3".</p> <p>10.35 "Džāda izklaidē 3". Kulinārijas raidījums.</p> <p>11.05 "Plīnīgi svešinieki". Romantiska drāma.</p> <p>13.10 "Rozamunde Pilčere. Mana māsiņa, milestība un es". Melodrāma.</p> <p>15.15 "Auroras Tīgardenas mīstērijas. Savādā pazušana".</p> <p>17.10 "Milestība un burbuli dzīdījai līci". Melodrāma.</p> <p>19.00 "Neaizmirstamais medusmēness". Melodrāma.</p> <p>21.00 "Pirmais rāndiņš 9". Realitātes šovs.</p> <p>22.05 "Baltazars". Seriāls.</p> <p>0.35 "Izmeklē Helēna Dorna. Pēc vētras". Detektīvfilma.</p> <p>2.30 "Kārdinājumu sala 4". Realitātes šovs.</p> <p>5.00 "Bondi vētarists 8". Dokumentāls seriāls.</p> <p>5.55 "Animācijas seriāli".</p> <p>9.25 "Karmas latvieši".</p> <p>10.00 "Superbingo".</p> <p>11.30 "Mūļuļu slēpenā dzīve".</p> <p>13.20 "Tautas kalps 2". Komēdija.</p> <p>15.55 "FIBA Pasaules kausa 2023 izcīņa basketbolā vienīšiem". Tiešr.</p> <p>18.25 "Ar vilcienu apkārt pasaulei". Dok. seriāls.</p> <p>19.30 "TV 3 zīpas svētdienā".</p> <p>19.40 "Nekā personīga".</p> <p>20.30 "Rēgs brunājs". Spraiga sižeta filma.</p> <p>22.40 "Pa asmeni skrejošais 2049". Spraiga sižeta filma.</p> <p>1.55 "Skriējums nākotnes vārā". Celotjumu raidījums.</p> <p>2.55 "UgumsGreķs". Seriāls.</p> <p>5.05 "Mans zāļais dārzs". Atk.</p> <p>6.00 "Latvijas valsts himna".</p> <p>6.02 "Globalizācija un mēs. Deutsche Welle žurnāls".</p> <p>6.30 "Ražots Vāciā. Deutsche Welle žurnāls".</p> <p>7.00 "Vienā ritmā 2". Muzikāls vingrošanas raidījums.</p> <p>7.55 "Pasaules meistrasācīkstes vieglatlētika". Tiešraide.</p> <p>8.00 "Ekstreīmie šokolādes meistarīgi". Kulinārijas raidījumi.</p> <p>10.35 "Dosimies ceļojumā!</p>	<p>4.30 "Zīņu Top". Atk.</p> <p>5.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.</p>
ReTV	<p>5.10 "Gaidām ciemos!"</p> <p>6.00 "Latvijas stāsti".</p> <p>8.30 "Mēs varām - mēs darām!"</p> <p>9.00 "Mēs ar brāli - kolosāl!"</p> <p>9.30 "Mājā un sētā".</p> <p>10.00 "Gaidām ciemos!"</p> <p>11.00 "Rezervēts".</p> <p>12.00 "Valmieras "Yamaha" mūzikas skolas 10.gadu jubilejas koncerts".</p> <p>14.00 "Labdien! Mēs no Ukrainas".</p> <p>15.00 "Autodroms".</p> <p>15.30 "Trīšanās vieta. Valtmiera novads".</p> <p>16.00 "Nō piena ceļa nākuši. Selja - identitāte".</p> <p>16.30 "Izstāsti Latvijai!"</p> <p>17.00 "Syeicināti Viduskurzemē!"</p> <p>17.30 "Nedēļa Jekabpilī".</p> <p>18.30 "Runā Latgale".</p> <p>19.00 "Zīni savas tiesības! 3".</p> <p>20.00 "Trīs kvadrāti".</p> <p>21.00 "Maksķerē kopā ar Olti!"</p> <p>21.30 "Uz meža takas".</p> <p>22.00 "Stipri kā pasaule". Dok filma.</p> <p>23.20 "Alzmugure". Atk.</p> <p>24.00 "Nedēļa Latvijā".</p> <p>0.30 "Tikšanās vieta. Valtmiera novads".</p> <p>1.00 "Vērtīgi zīnāt".</p> <p>1.30 "Zalā gaismā".</p> <p>2.00 "Skats no Ventspils".</p> <p>2.15 "Regionālās televīzijas piedāvā".</p> <p>3.00 "Kāpēc?"</p> <p>3.55 "Latvijas stāsti".</p> <p>4.15 "Gaidām ciemos!"</p> <p>4.35 "Māksla LV".</p>	<p>5.10 "Latvijas stāsti".</p> <p>6.00 "Bīznese attīstība 3".</p> <p>7.00 "Projekts "Bloks" 12".</p> <p>8.00 "Kontakts kopā ar doktoru Čārlzu Stenliju 2".</p> <p>6.55 "Projekts "Bloks" 12".</p> <p>Realitātes seriāls.</p> <p>6.30 "Džāda izklaidē 3". Kulinārijas raidījums.</p> <p>7.00 "Kārtības rullis". Atk.</p> <p>23.30 "UZ Linijas". Atk.</p> <p>24.00 "Dienas personība".</p> <p>20.30 "UZ Linijas". Atk.</p> <p>21.00 "Nacionālo interešu klubs".</p> <p>22.00 "Kārtības rullis".</p> <p>23.30 "UZ Linijas". Atk.</p> <p>24.00 "Dienas personība".</p> <p>20.30 "UZ Linijas". Atk.</p> <p>21.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.</p> <p>0.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.</p> <p>1.30 "Globuss". Atk.</p> <p>2.30 "Preses klubis". Atk.</p> <p>4.00 "ITZ Linijas". Atk.</p>	
TV24	<p>19.00 "Zīni savas tiesības! 3".</p> <p>20.00 "Trīs kvadrāti".</p> <p>21.00 "Maksķerē kopā ar Olti!"</p> <p>21.30 "Uz meža takas".</p> <p>22.00 "Stipri kā pasaule". Dok filma.</p> <p>23.20 "Alzmugure". Atk.</p> <p>24.00 "Nedēļa Latvijā".</p> <p>0.30 "Tikšanās vieta. Valtmiera novads".</p> <p>1.00 "Vērtīgi zīnāt".</p> <p>1.30 "Zalā gaismā".</p> <p>2.00 "Skats no Ventspils".</p> <p>2.15 "Regionālās televīzijas piedāvā".</p> <p>3.00 "Kāpēc?"</p> <p>3.55 "Latvijas stāsti".</p> <p>4.15 "Gaidām ciemos!"</p> <p>4.35 "Māksla LV".</p>	<p>-<i>Manā vecmamma teicā: Labākais vingrinājums rokām - naudus skaitīšana!</i></p> <p>Noņem sāpes locītavās, normalizē a sis spiedienu!</p> <p>Pilnībā nojēm galvas un zobu sāpes! Uzlabo redzi, garderobi, izskatu un dzīves apstākļus!</p>	
TV 3	<p>19.00 "Zīni savas tiesības! 3".</p> <p>20.00 "Trīs kvadrāti".</p> <p>21.00 "Maksķerē kopā ar Olti!"</p> <p>21.30 "Uz meža takas".</p> <p>22.00 "Stipri kā pasaule". Dok filma.</p> <p>23.20 "Alzmugure". Atk.</p> <p>24.00 "Nedēļa Latvijā".</p> <p>0.30 "Tikšanās vieta. Valtmiera novads".</p> <p>1.00 "Vērtīgi zīnāt".</p> <p>1.30 "Zalā gaismā".</p> <p>2.00 "Skats no Ventspils".</p> <p>2.15 "Regionālās televīzijas piedāvā".</p> <p>3.00 "Kāpēc?"</p> <p>3.55 "Latvijas stāsti".</p> <p>4.15 "Gaidām ciemos!"</p> <p>4.35 "Māksla LV".</p>	<p>-<i>Manā vecmamma teicā: Labākais vingrinājums rokām - naudus skaitīšana!</i></p> <p>Noņem sāpes locītavās, normalizē a sis spiedienu!</p> <p>Pilnībā nojēm galvas un zobu sāpes! Uzlabo redzi, garderobi, izskatu un dzīves apstākļus!</p>	
TV 3 Life	<p>19.00 "Zīni savas tiesības! 3".</p> <p>20.00 "Trīs kvadrāti".</p> <p>21.00 "Maksķerē kopā ar Olti!"</p> <p>21.30 "Uz meža takas".</p> <p>22.00 "Stipri kā pasaule". Dok filma.</p> <p>23.20 "Alzmugure". Atk.</p> <p>24.00 "Nedēļa Latvijā".</p> <p>0.30 "Tikšanās vieta. Valtmiera novads".</p> <p>1.00 "Vērtīgi zīnāt".</p> <p>1.30 "Zalā gaismā".</p> <p>2.00 "Skats no Ventspils".</p> <p>2.15 "Regionālās televīzijas piedāvā".</p> <p>3.00 "Kāpēc?"</p> <p>3.55 "Latvijas stāsti".</p> <p>4.15 "Gaidām ciemos!"</p> <p>4.35 "Māksla LV".</p>	<p>-<i>Manā vecmamma teicā: Labākais vingrinājums rokām - naudus skaitīšana!</i></p> <p>Noņem sāpes locītavās, normalizē a sis spiedienu!</p> <p>Pilnībā nojēm galvas un zobu sāpes! Uzlabo redzi, garderobi, izskatu un dzīves apstākļus!</p>	
LTV 7	<p>19.00 "Zīni savas tiesības! 3".</p> <p>20.00 "Trīs kvadrāti".</p> <p>21.00 "Maksķerē kopā ar Olti!"</p> <p>21.30 "Uz meža takas".</p> <p>22.00 "Stipri kā pasaule". Dok filma.</p> <p>23.20 "Alzmugure". Atk.</p> <p>24.00 "Nedēļa Latvijā".</p> <p>0.30 "Tikšanās vieta. Valtmiera novads".</p> <p>1.00 "Vērtīgi zīnāt".</p> <p>1.30 "Zalā gaismā".</p> <p>2.00 "Skats no Ventspils".</p> <p>2.15 "Regionālās televīzijas piedāvā".</p> <p>3.00 "Kāpēc?"</p> <p>3.55 "Latvijas stāsti".</p> <p>4.15 "Gaidām ciemos!"</p> <p>4.35 "Māksla LV".</p>	<p>-<i>Manā vecmamma teicā: Labākais vingrinājums rokām - naudus skaitīšana!</i></p> <p>Noņem sāpes locītavās, normalizē a sis spiedienu!</p> <p>Pilnībā nojēm galvas un zobu sāpes! Uzlabo redzi, garderobi, izskatu un dzīves apstākļus!</p>	

AEIŠA

Skattāma Elitas Eglītes personālizstāde "Keramika".

Balvu Centrālās bibliotēkas abonementā bēriņiem skatāma jauna izstāde "Krāsās" – Balvu Mākslas skolas 3.klaū skolēnu darbi. Izstādi būs iespējams apskatīt līdz **2.septembrim**.

Balvu Centrālajā bibliotēkā skatāma izstāde "Sadarbības ritmi" – Baltinavas vidusskolas un Balvu sākumskolas aušanas pulcīņa dalībnieku darbi. Izstādi būs iespējams apskatit līdz **30.septembrim**.

18.augustā jau no plkst. 13.00 Lāča dāržā un Balvu pilsetas pludmale norisināsies vides diena "ATELPA", piedāvājot dažādas meistarklases, seminārus, diskusijas un kopīgu ābēju stādīšanu.

18.augustā plkst. 19.30 ikviens tiek aicināts uz brivda-

bas koncertu "Mūzika saulrietam", kad par akustisku koncertzālī pārtaps Balvu ezers, par skatuvi – plots "Vilniitis", sēdvietas – laivas, bet stāvvietas – ezera krasts. Šogad svētku noskapanu veidos muzikālā apvienība "AINIS", izskanēs Aini Šācīāna dziesmas, melodijas, kas veltītas

19. augustā mūzikas un auto energijas festivāls „AUTOMUZONS 2023” **Plikst. 13.00** retro un ekskluzīvo auto parāde Balvu pilsētas ielās. **Plikst. 14.00 – 19.00** izkādēs un atpūtas parkā ‘‘SKLADI’’ (Kalna ielā 19D, Balvem un sirdsdziesmas saulrietam.

Kubulos) auto atrakcijas. **Plkst. 21.00 -3.00** Balvu pilsetas estrādē noslēguma pasākums. Piedāļas grupas – "Loud Silence", "Nakteniks un Reitti", Sandis Abakoks, Russell & Sabīne Berezina, LR2 DJ AIVIS. Paralēli atrakcijas, videoizstāde, auto izstāde. *Ieeja bēniem līdz 10 gadiem brīva,*

24. augustā plkst. 15.00 pie Balvu slimnīcas īstenošajiem
no 10 līdz 16 gadim – EUR 3,50. Pieaugušajiem
iepriekšpārdošanā už abiem pasākumiem kopā – EUR 14, uz
katru atsevišķi – EUR 10. Pasākuma dienā už katru pasākumu
– EUR 15.

dienas pasākums – salidojums "Esmu dzīmis Balvos" –
Balvos dzīmušo sumināšana.
27. augustā plkst. 17.00 Balvu Mūzikas skolā tiks atklāts
XXIV Kamermūzikas festivāls ar "Nepieradītā romantiķi"
– Māra Botmane (čells), Māris Kugis (oboja) un Johan

Randvere (klavijeres). **Pigst. 20.00** Balvu Kultūras un atpūtas centrā ar bungu solo, desmit dažādu ritmu variācijām un improvizācijām pārsteigis Artis Orubgs. Ieejas maksā - EUR 5 (uz katru festivāla pasākumu).

Balvu pagastā

**Līdz 31. augustam darbdienās no plkst. 9.00 līdz 12.00 gleznu izstāde Zintis Purēns "Vasara".
19.augustā plkst. 16.00 Naudaskalna tautas namā JAUINĪBAS SVĒTKI 2005.gadā dzimušajiem Balvu pagasta iauņniečiem.**

26.augustā plkst.10.00 Bērzkalnes sporta un atpūtas laukumā pagasta sporta svētki.
Briežuciemā

19.augustā no plkst. 12.00 svētku diena Briežu-

PROG

no 21. līdz 27.augustam

PROGRAMMAS

Pirmdiena, 21.augusts

Vārdadienu svīn: Janīna, Linda

LTV 1	TV3 Life	TV 3	ReTV
5.20 "Nacionāle dārgumi. 100 g kultūras". Dok.	17.25 "Pa pasaules gleznanā- kājam upēm". Dok.	17.25 "Vījas melo labāk". seriāls.	5.00 "Vījas melo labāk". seriāls.
6.00 "Latvijas valsts himna". 6.03 "Neatklātā Kurzeme". Atk.	18.15 "Hudsons un Reksis 4". Detektīvseriāls.	18.15 "Dzīvot ir vērts". seriāls.	5.30 "Ticgo uzvaras balss". Kristīgā programma.
6.30 "Rita Panoramā". 8.35 "Milas viensulis 18". Seriāls.	19.00 "Šovakar. RUS.ISMLV zīņas". Dok. filmu cikls.	19.30 "Dari pats!". Dok. filmu cikls.	6.00 "Dzīvot ir vērts". seriāls.
9.30 "Sēšas māsas". Seriāls. 10.30 "Atpu daktēris 15". Seriāls.	11.15 "Hudsons un Reksis 5". Detektīvseriāls.	19.35 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Gimenes filma.	7.00 "Mani milje mell". Seriāls.
11.15 "Hudsons un Reksis 5". Detektīvseriāls.	12.00 "Manas dzīves alfābēts". Gimenes filma.	19.35 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	8.00 "Manas mājas ar "IKEA"". Dok. filmu cikls.
12.00 "Manas dzīves alfābēts". Gimenes filma.	13.40 "Bardaks bēniņos 3". Atk.	19.35 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	8.35 "Mani remonta noteikumi 7". Realitātes šovs.
13.40 "Bardaks bēniņos 3". Atk.	13.55 "Urga urda". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	5.40 "Ādienkartē". seriāls.
13.55 "Urga urda". Seriāls.	14.10 "Latvijas sirdsdzīsma". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	6.05 "Kāpēc?" Atk.
14.10 "Latvijas sirdsdzīsma". Atk.	14.10 "Latvijas sirdsdzīsma". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	7.00 "Nedēļa Latvijā". Atk.
14.10 "Latvijas sirdsdzīsma". Atk.	15.10 "Krustpunktā". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	7.30 "Tikšanās vieta. Vainieras novads".
15.10 "Krustpunktā". Atk.	16.05 "Sēšas māsas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	8.00 "Mēža draugu piedzīvoju- mi". Raidījums bēniem.
16.05 "Sēšas māsas". Seriāls.	17.10 "Milas viensulis 18". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	9.00 "Smurfi". Anīns seriāls.
17.10 "Milas viensulis 18". Seriāls.	18.45 "Neatklātā Kurzeme". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	9.15 "Bardaks bēniņos". Raid.
18.45 "Neatklātā Kurzeme". Atk.	19.15 "Hudsons un Reksis 5". Detektīvseriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	9.30 "Ralfs gatavo". Kulinārijas raidījums.
19.15 "Hudsons un Reksis 5". Detektīvseriāls.	20.00 "Panorāma". Dok. filmu cikls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	9.45 "Kosmopolka". Gimenes filma.
20.00 "Panorāma". Dok. filmu cikls.	20.40 "Zala pieskāriens". Dok.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.05 "Zīnātānes noslēpumi". Dok. filmu cikls.
20.40 "Iapers". Drāma.	21.05 "Izposta līdzdaža". LTV iestudējums.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	11.25 "Brīnišķīgā kucēnu pasaule 2". Dok. filmu cikls.
21.05 "Izposta līdzdaža". LTV iestudējums.	23.15 "Nakts zīņas". Komedija.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	12.10 "Istās latviju saimnieces 7". Dok. filmu cikls.
23.15 "Nakts zīņas". Komedija.	23.30 "Māras puse. Dzeinītce un rakstniece Māra Zalīte". Dok. filmu cikls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	13.10 "Keltja Forda. Mana trākā gīmeņe". Melodrāma.
23.30 "Māras puse. Dzeinītce un rakstniece Māra Zalīte". Dok. filmu cikls.	5.00 "Grizis un lemingi 2". Anim. seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	14.40 "Pārtīkas revidēnts". Dok. filmu cikls.
5.00 "Grizis un lemingi 2". Anim. seriāls.	5.30 "Divarpus vīru 7". Komēdijs.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	15.20 "Kapteinā Enriko Pulkstenis". Dok. filma.
5.30 "Divarpus vīru 7". Komēdijs.	6.25 "900 sekundes". Kulinārijas raidījums.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	16.35 "Teātra garša". Atk.
6.25 "900 sekundes". Kulinārijas raidījums.	8.45 "Augsta līmenja intelekts". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	17.05 "Serengeti lidzēnumi". Dok. filmu cikls.
8.45 "Augsta līmenja intelekts". Seriāls.	9.55 "Komisārs Alekss". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	18.35 "Acūlīcīnieks". Seriāls.
9.55 "Komisārs Alekss". Seriāls.	10.55 "Brāli remontē". Realitātes seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	18.30 "Dienas zīnas". Seriāls.
10.55 "Brāli remontē". Realitātes seriāls.	13.05 "30 minutes virtuve" ar Dzeinītu Oliveru". Kulinārijas raidījums.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	19.00 "Dienas zīnas". Seriāls.
13.05 "30 minutes virtuve" ar Dzeinītu Oliveru". Kulinārijas raidījums.	13.40 "Paramedīki 2". Dok.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	19.30 "Dienas personība". Seriāls.
13.40 "Paramedīki 2". Dok.	14.40 "Izgudrotāju plīsēta 3". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	20.00 "TV3 zīnas". Seriāls.
14.40 "Izgudrotāju plīsēta 3". Seriāls.	15.40 "Izmeklē Klāra". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	21.00 "TV3 zīnas īsumā". Seriāls.
15.40 "Izmeklē Klāra". Seriāls.	16.50 "Tandēmā 7". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	21.00 "Nozīguma vieta". Seriāls.
16.50 "Tandēmā 7". Seriāls.	17.10 "Harijs Poters un nāvēs dāvesti". Romantiska drāma.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	21.10 "Dzīri balsis ar Kārlī Kazaku". Atk.
17.10 "Harijs Poters un nāvēs dāvesti". Romantiska drāma.	17.40 "Stūrgalvīgā princese". Pasaku filma.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	21.30 "Latvijas stāsti". Seriāls.
17.40 "Stūrgalvīgā princese". Pasaku filma.	18.30 "Dienas personība". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	22.00 "Vainieras Yāmaļa mūzi- kas skolas 10 gadu jubilejas koncerts".
18.30 "Dienas personība". Seriāls.	19.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	22.40 "Nedēļa Latvijā". Atk.
19.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	19.25 "Mājā un sētā". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	0.30 "Vērtīgi zināt". 1.00 "At kājām pa mājām". 2.15 "Izšķirtspeja".
19.25 "Mājā un sētā". Seriāls.	20.00 "Āzija 360°". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	3.55 "Zāja gaisma". 4.20 "Personības kods".
20.00 "Āzija 360°". Seriāls.	21.00 "ReTV zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	4.30 "Nedēļa Latvijā". Atk.
21.00 "ReTV zīnas". Seriāls.	21.25 "Stipri kā pasaule". Dok.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.00 "Kārtītā mīlestība". Romantiska komēdija.
21.25 "Stipri kā pasaule". Dok.	22.45 "Spried ar Delfi". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	13.05 "Izmeklē Hēlēna Dorna". Romantiskā drāma.
22.45 "Spried ar Delfi". Atk.	23.30 "Zāja gaisma". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	13.30 "Būt Ogres novadā". Novadā.
23.30 "Zāja gaisma". Atk.	24.00 "ReTV zīnas". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	8.30 "Latvijas stāsti". Novadā.
24.00 "ReTV zīnas". Atk.	13.00 "Dr. Apinis". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	9.30 "Latvijas stāsti". Novadā.
13.00 "Dr. Apinis". Seriāls.	14.00 "Radio Svoboda: par pasauli". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	9.95 "Kāžu marš 4. Kaut kas vecs".
14.00 "Radio Svoboda: par pasauli". Atk.	15.00 "Preses klubis". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	9.95 "Kāžu marš 4. Kaut kas vecs".
15.00 "Preses klubis". Seriāls.	16.00 "Nacionālo interesi klubs". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.00 "Gaidām cīemos!".
16.00 "Nacionālo interesi klubs". Atk.	17.00 "Kultūrdeva". Atk.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
17.00 "Kultūrdeva". Atk.	18.00 "Dienas personība". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
18.00 "Dienas personība". Seriāls.	19.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
19.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
20.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	21.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
21.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	22.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
22.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	23.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
23.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	24.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
24.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	25.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
25.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	26.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
26.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	27.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
27.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	28.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
28.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	29.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
29.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	30.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
30.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	31.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
31.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	32.00 "TV3 zīnas". Seriāls.	20.00 "Pasaules meistarsacīkstes vieglātētikā". Atk.	10.30 "Gaidām cīemos!".
32.00 "			

Piektdiena, 25.augusts

Vārdadienu svīn: Ivonna, Ludvigs, Patrīcija

Otrdiena, 22.augusts

Vārdadienu svīn: Everts, Rudīte

3.

LTV 1

1.10 "Pie stūres, Deutsche Welle žurnāls".	23.05 "Svežemniece 2". Seriāls.	17.00 "Skats no Ventspils".
1.40 "LTV – 60. Zelta arhīvs".	0.10 "Nelna/balta dzīve". Seriāls.	17.15 "Mani miljē meli". Seriāls.
Vālmieras rokfestivāls.	1.30 "Likteņa skartie". Seriāls.	8.00 "Rūgtās izvēles". Seriāls.
2.40 "Komisārs Reksis 13".	3.25 "Vīnas meļo labāk". Seriāls.	8.35 "Mani remonta noteikumi
Detektīvseriāls.		17.15 "Regionālās televizijas piedāvā".

TV 3

5.25 "Daudz laimes, jubilār!" Atk.	20.00 "Latvijas valsts himna".	5.45 "Kultūrdobe". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".	5.00 "Nelna/balta dzīve". Seriāls.	6.00 "Neatklātā Kurzeme". Atk.
6.03 "Neatklātā Kurzeme". Atk.	5.30 "Rita Panorāma".	6.03 "Skats no Ventspils".
6.30 "Rita Panorāma".	5.30 "Milas viesuļi 18". Seriāls.	9.15 "Regionālās televizijas piedāvā".
8.35 "Divi vienā". Seriāls.	9.30 "Šešas māsas". Seriāls.	
9.30 "Šešas māsas". Seriāls.	10.40 "Alpu dakteris 15". Seriāls.	10.15 "Spried ar Delfi". Atk.
10.30 "Alpu dakteris". Seriāls.	11.40 "Hudsons un Reksis 5".	11.00 "Skats no Ventspils".
11.15 "Hudsons un Reksis 5".	11.50 "Zem klāja 6".	11.30 "Latvijas stāsti".
Detektīvseriāls.		12.00 "Mājā un sēā".
12.00 "Sanditonā 3". Seriāls.	12.10 "Karala jaunais tērs".	12.30 "Vērtīgi zināt".
13.50 "Aktīse un laiks. Vija Artmane". Dok. filma.	13.00 "Ar kājām pa majām".	13.30 "Cietuma abēce".
15.05 "Krustpunktā".	13.30 "Kāpēc?" Atk.	
16.00 "Šešas māsas". Seriāls.	14.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma.	
17.05 "Divi vienā". Seriāls.	14.00 "Grejas anatomija 12".	
18.00 "Dienas zīnas".	14.15 "Atjaunotas pilsetas".	
18.45 "Neatklātā Kurzeme". Atk.	14.20 "Hudsons un Reksis 3".	
19.15 "Hudsons un Reksis 5".	14.30 "Pasaules metstarsacīkstes".	
Detektīvseriāls.	14.40 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
20.00 "Panorāma".	14.50 "Vīnas meļo labāk".	
20.40 "Alekss Igo. Neteaspējamais sapnis". Krimināldrama.	15.00 "Dienas personība". Atk.	
22.15 "Mazliet sāpes". Seriāls.	15.30 "Uz limiņas". Dok. filma.	
23.05 "Nakts zīns".	16.00 "Dienas personība". Atk.	
23.20 "Midsomeras stepkavības 7". Detektīvseriāls.	16.30 "Dienas personība". Atk.	
2.30 "Neprāta cena". Seriāls.	17.00 "Dienas personība". Atk.	
4.20 "LTV – 60. Zelta arhīvs". Koncertfilma.	17.30 "Dienas personība". Atk.	
	18.00 "Dienas personība". Atk.	
	18.30 "Dienas personība". Atk.	
	19.00 "Dienas personība". Atk.	
	20.00 "Dienas personība". Atk.	
	20.30 "Dienas personība". Atk.	
	21.00 "Dienas personība". Atk.	
	21.30 "Dienas personība". Atk.	
	22.00 "Dienas personība". Atk.	
	22.30 "Dienas personība". Atk.	
	23.00 "Dienas personība". Atk.	
	23.30 "Dienas personība". Atk.	
	24.00 "Dienas personība". Atk.	
	25.00 "Komišārs Reksis 12".	
	Detektīvseriāls.	

TV 3

14.10 "Ko neteikt 2".	14.40 "Izgudrotāju pilseta 3".	15.40 "Tandēmā 7". Seriāls.
Izklaidejošs raidījums.	Seriāls.	18.00 "TV3 zīnas isumā".
15.40 "Tandēmā 7". Seriāls.	18.10 "Nozīguma vieta: virtuve". Izklaidējošs raidījums.	18.10 "Nozīguma vieta: virtuve". Izklaidējošs raidījums.
18.00 "TV3 zīnas isumā".	19.10 "Bez tabu".	19.10 "Bez tabu".
21.15 "Rūgtās izvēles".	20.00 "TV3 zīnas".	22.00 "TV3 zīnas".
Dok. filmu cikls.	20.45 "Degpunktā 13".	22.30 "TV3 zīnas".
6.30 "Labākais no Euronaxx".	24.00 "Lielākā balva".	23.00 "TV3 zīnas".
7.00 "Personība. 100 g kultūras". Atk.	2.00 "Iedzīmīta grēks".	23.30 "TV3 zīnas".
7.55 "2023.gada FIFA Pasaules kausa izcīna futbola sievietēm". Atk.	4.15 "UgunsGrēks 12". Seriāls.	25.00 "TV3 zīnas".

TV24

1.10 "Pie stūres, Deutsche Welle žurnāls".	2.40 "Komisārs Reksis 13".	3.05 "Grejas anatomija 12". Seriāls.
Vālmieras rokfestivāls.	Detektīvseriāls.	
2.40 "Komisārs Reksis 13".	3.05 "Grejas anatomija 12". Seriāls.	
Detektīvseriāls.	4.10 "Pasaules metstarsacīkstes".	
	4.15 "Rāzots Vāciā. Deutsche Welle žurnāls".	
	4.15 "Zalgalvis". Atk.	
	4.15 "Komisārs Reksis 13".	
	Detektīvseriāls.	

TV 1

5.25 "Daudz laimes, jubilār!" Atk.	5.00 "Latvijas valsts himna".	5.45 "Kultūrdobe". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".	5.30 "Rita Panorāma".	6.00 "Neatklātā Kurzeme". Atk.
6.03 "Neatklātā Kurzeme". Atk.	6.30 "Milas viesuļi 18". Seriāls.	6.30 "Skats no Ventspils".
6.30 "Rita Panorāma".	9.30 "Šešas māsas". Seriāls.	9.15 "Regionālās televizijas piedāvā".
8.35 "Divi vienā". Seriāls.	10.40 "Alpu dakteris 15". Seriāls.	
9.30 "Šešas māsas". Seriāls.	11.25 "Hudsons un Reksis 5".	10.15 "Spried ar Delfi". Atk.
10.30 "Alpu dakteris". Seriāls.	11.30 "Latvijas stāsti".	11.00 "Skats no Ventspils".
11.15 "Hudsons un Reksis 5".	12.00 "Kāpēc?" Atk.	11.30 "Latvijas stāsti".
Detektīvseriāls.	12.10 "Karala jaunais tērs".	12.30 "Vērtīgi zināt".
12.00 "Sanditonā 3". Seriāls.	13.00 "Cietuma abēce".	13.30 "Cietuma abēce".
13.50 "Aktīse un laiks. Vija Artmane". Dok. filma.	13.30 "Kāpēc?" Atk.	
15.05 "Krustpunktā".	14.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
16.00 "Šešas māsas". Seriāls.	14.00 "Grejas anatomija 12". Seriāls.	
17.05 "Divi vienā". Seriāls.	14.10 "Pasaules metstarsacīkstes".	
18.00 "Dienas zīnas".	14.15 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
18.45 "Neatklātā Kurzeme". Atk.	14.20 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
19.15 "Hudsons un Reksis 5".	14.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
Detektīvseriāls.	15.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
20.00 "Panorāma".	15.30 "Grejas anatomija 12". Seriāls.	
20.40 "Alekss Igo. Neteaspējamais sapnis". Krimināldrama.	16.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
22.15 "Mazliet sāpes". Seriāls.	16.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
23.05 "Nakts zīns".	17.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
23.20 "Midsomeras stepkavības 7". Detektīvseriāls.	17.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
2.30 "Neprāta cena". Seriāls.	18.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
4.20 "LTV – 60. Zelta arhīvs". Koncertfilma.	18.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	19.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	19.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	20.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	20.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	21.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	21.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	22.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	22.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	23.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	23.30 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	24.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	
	25.00 "Reģionālās televizijas pasaku filma".	

TV 24

1.10 "Pie stūres, Deutsche Welle žurnāls".	2.40 "Komisārs Reksis 13".	3.05 "Grejas anatomija 12". Seriāls.
Vālmieras rokfestivāls.	Detektīvseriāls.	
2.40 "Komisārs Reksis 13".	3.05 "Grejas anatomija 12". Seriāls.	
Detektīvseriāls.	4.10 "Pasaules metstarsacīkstes".	
12.00 "Sanditonā 3". Seriāls.	4.15 "Rāzots Vāciā. Deutsche Welle žurnāls".	
13.50 "Aktīse un laiks. Vija Artmane". Dok. filma.	4.15 "Zalgalvis". Atk.	
15.05 "Krustpunktā".	4.15 "Komisārs Reksis 13".	
16.00 "Šešas māsas". Seriāls.	5.00 "Latvijas valsts himna".	
17.05 "Divi vienā". Seriāls.	5.30 "Rita Panorāma".	
18.00 "Dienas zīnas".	6.00 "Alpu dakteris 15". Seri	

Trešdiena, 23.augusts

Vārdadienu svīn: Ralfs, Valgudis, Vītālijs

LTV 1	<p>17.15 "Dosimies celojumā". Dok. filmu cikls.</p> <p>5.05 "Dintara puse". Atk. Melodrāma.</p> <p>6.00 "Latvijas valsts himna". Dok. filmu cikls.</p> <p>6.03 "Neatklātā Kurzeme". Atk. Dok. filmu cikls.</p> <p>6.30 "Rita Panorāma". Detektīseriāls.</p> <p>8.35 "Milas viesulis 18". Seriāls. "Sēdas māsas". Seriāls.</p> <p>10.35 "Alpu dakteris 14". Seriāls. "Alpu dakteris 15". Seriāls.</p> <p>11.20 "Hadsons un Reksis 2". Detektīseriāls.</p> <p>12.05 "Vasara pie Vitavas". "Sēdas māsas". Seriāls.</p> <p>13.35 "Paradize '89". Gimenes filma. "Sēdas māsas". Seriāls.</p> <p>15.05 "Krustpunktā". Gimenes filma. "Milas viesulis 18". Seriāls.</p> <p>16.00 "Sēdas māsas". Seriāls. "Milas viesulis 18". Seriāls.</p> <p>17.10 "Milas viesulis 18". Seriāls. "Milas viesulis 18". Seriāls.</p> <p>18.00 "Dienas zījas". "Dienas zījas". Seriāls.</p> <p>18.50 "Atslēgas". Atk. "Dienas zījas". Seriāls.</p> <p>19.05 "Atminu kilometri. Baltijas ceļš". Dokumentāla filma. "Dienas zījas". Seriāls.</p> <p>20.00 "Panoramā". "Dienas zījas". Seriāls.</p> <p>20.40 "Imperijas gals". Dokumentāla filma. "Dienas zījas". Seriāls.</p>
TV 3	<p>19.45 "Zinātnes noslēpumi". "Zinātnes noslēpumi". Seriāls.</p> <p>19.55 "Pasaules meistar sacīkstes vieglatnētika". Tieš. Aizkulīses". Tieš. Aizkulīses". Seriāls.</p> <p>23.00 "Sporta studija". Dok. filmu cikls.</p> <p>19.00 "Doktors Hauss 5". Seriāls. "Doktors Hauss 5". Seriāls.</p> <p>21.00 "Kāzu mārs". Romantiska drāma. "Kāzu mārs". Seriāls.</p> <p>17.00 "Liktēja skattie". Seriāls. "Liktēja skattie". Seriāls.</p> <p>19.00 "Televeikala skatogs". "Televeikala skatogs". Seriāls.</p> <p>10.10 "UgunsGrēks 6". Seriāls. "UgunsGrēks 6". Seriāls.</p> <p>11.50 "Zem klāja 6". "Zem klāja 6". Seriāls.</p> <p>15.05 "Grejas anatomija 12". "Grejas anatomija 12". Seriāls.</p> <p>14.00 "Grejas anatomija 12". "Grejas anatomija 12". Seriāls.</p> <p>13.35 "Dzīmtaskoks. Upīts". "Dzīmtaskoks. Upīts". Atk. Atk.</p> <p>12.35 "Dzīmtaskoks. Upīts". "Dzīmtaskoks. Upīts". Atk. Atk.</p> <p>11.00 "Latvijas stāsti". Seriāls. "Latvijas stāsti". Seriāls.</p> <p>11.30 "Kleo". Komēdija. "Kleo". Komēdija.</p> <p>13.30 "Kleo". Komēdija.</p> <p>12.00 "Tumsas pabēri". "Tumsas pabēri". Seriāls.</p> <p>11.45 "1:1. Aktuāla intervija". "1:1. Aktuāla intervija". Atk. Atk.</p> <p>10.15 "Spried ar Delfi". Atk. "Spried ar Delfi". Atk.</p> <p>11.00 "Būt Ogres novada". "Būt Ogres novada". Atk.</p> <p>11.30 "Latvijas stāsti". "Latvijas stāsti". Atk.</p> <p>12.30 "Latvijas stāsti". "Latvijas stāsti". Seriāls.</p> <p>13.00 "Vēršenmīce". Seriāls. "Vēršenmīce". Seriāls.</p> <p>14.00 "Agta Kristi. Erkils Puaro". "Agta Kristi. Erkils Puaro". Seriāls.</p> <p>13.30 "Azija 360°". "Azija 360°". Seriāls.</p> <p>14.00 "Tiksīmies stacijā!". "Tiksīmies stacijā!". Seriāls.</p> <p>15.00 "Latvijas stāsti". "Latvijas stāsti". Seriāls.</p> <p>14.30 "Manas bērnības atmiņas". "Manas bērnības atmiņas". Seriāls.</p> <p>15.00 "ReTV zīpas trijos". "ReTV zīpas trijos". Seriāls.</p> <p>15.30 "Iztātti Latvijai!". "Iztātti Latvijai!". Seriāls.</p> <p>16.00 "Gaidām ciemos!". "Gaidām ciemos!". Seriāls.</p> <p>16.30 "par Liepāju un liepājniekiem". "par Liepāju un liepājniekiem". Seriāls.</p> <p>16.45 "Limbažu novads rada un dara". "Limbažu novads rada un dara". Seriāls.</p> <p>8.30 "Aktuālais par karadarību un dara". "Aktuālais par karadarību un dara". Seriāls.</p> <p>17.15 "Rēģionālās televīzijas piedāvā". "Rēģionālās televīzijas piedāvā". Seriāls.</p> <p>18.15 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>19.00 "ReTV zīpas septiņos". "ReTV zīpas septiņos". Seriāls.</p> <p>19.25 "Autodroms". "Autodroms". Seriāls.</p> <p>20.00 "Gaidām ciemos!". "Gaidām ciemos!". Seriāls.</p> <p>21.00 "ReTV zīpas deviņos". "ReTV zīpas deviņos". Seriāls.</p> <p>21.25 "Mēs ar brāli - kolosāli!". "Mēs ar brāli - kolosāli!". Seriāls.</p> <p>22.00 "Trīs kavadītā". "Trīs kavadītā". Seriāls.</p> <p>23.00 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>23.45 "Ainavu muzeālizācija". "Ainavu muzeālizācija". Seriāls.</p> <p>13.20 "Televeikala skatogs". "Televeikala skatogs". Seriāls.</p> <p>13.40 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>14.30 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.30 "Dienas personība". "Dienas personība". Dok. filmu cikls.</p> <p>23.10 "Nakts zījas". "Nakts zījas". Seriāls.</p> <p>23.25 "Latvijas sirdsdīsma". "Latvijas sirdsdīsma". Atk.</p> <p>13.00 "Komedīseriāls. Komedīseriāls". Atk.</p> <p>17.15 "Augsta līmena intelekts". "Augsta līmena intelekts". Seriāls.</p> <p>18.45 "900 sekundes". "900 sekundes". Seriāls.</p> <p>19.30 "Dienas personība". "Dienas personība". Seriāls.</p> <p>20.00 "Panoramā". "Panoramā". Detektīseriāls.</p> <p>21.15 "Teātra garša". "Teātra garša". Seriāls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.45 "Iz slāpējotāji". "Iz slāpējotāji". Seriāls.</p> <p>17.15 "Latvijas stāsti". "Latvijas stāsti". Seriāls.</p> <p>18.45 "Neatklātā Kurzeme". "Neatklātā Kurzeme". Atk. "Neatklātā Kurzeme". Atk.</p> <p>19.15 "Hadsons un Reksis 5". "Hadsons un Reksis 5". Detektīseriāls.</p> <p>20.00 "Panoramā". "Panoramā". Komēdijeriāls.</p> <p>21.15 "Teātra garša". "Teātra garša". Seriāls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.30 "par Liepāju un liepājniekiem". "par Liepāju un liepājniekiem". Seriāls.</p> <p>16.45 "Limbažu novads rada un dara". "Limbažu novads rada un dara". Seriāls.</p> <p>8.30 "Zīpu Top". "Zīpu Top". Atk.</p> <p>8.30 "Aktuālais par karadarību un dara". "Aktuālais par karadarību un dara". Seriāls.</p> <p>17.15 "Rēģionālās televīzijas piedāvā". "Rēģionālās televīzijas piedāvā". Seriāls.</p> <p>18.15 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>19.00 "ReTV zīpas septiņos". "ReTV zīpas septiņos". Seriāls.</p> <p>19.25 "Autodroms". "Autodroms". Seriāls.</p> <p>20.00 "Gaidām ciemos!". "Gaidām ciemos!". Seriāls.</p> <p>21.00 "ReTV zīpas deviņos". "ReTV zīpas deviņos". Seriāls.</p> <p>21.25 "Mēs ar brāli - kolosāli!". "Mēs ar brāli - kolosāli!". Seriāls.</p> <p>22.00 "Trīs kavadītā". "Trīs kavadītā". Seriāls.</p> <p>23.00 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>23.45 "Ainavu muzeālizācija". "Ainavu muzeālizācija". Seriāls.</p> <p>13.20 "Televeikala skatogs". "Televeikala skatogs". Seriāls.</p> <p>13.40 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>14.30 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.00 "Dienas personība". "Dienas personība". Dok. filmu cikls.</p> <p>23.10 "Nakts zījas". "Nakts zījas". Seriāls.</p> <p>23.25 "Latvijas sirdsdīsma". "Latvijas sirdsdīsma". Atk.</p> <p>13.00 "Komedīseriāls. Komedīseriāls". Atk.</p> <p>17.15 "Augsta līmena intelekts". "Augsta līmena intelekts". Seriāls.</p> <p>18.45 "900 sekundes". "900 sekundes". Seriāls.</p> <p>19.30 "Dienas personība". "Dienas personība". Seriāls.</p> <p>20.00 "Panoramā". "Panoramā". Detektīseriāls.</p> <p>21.15 "Teātra garša". "Teātra garša". Seriāls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.30 "par Liepāju un liepājniekiem". "par Liepāju un liepājniekiem". Seriāls.</p> <p>16.45 "Limbažu novads rada un dara". "Limbažu novads rada un dara". Seriāls.</p> <p>8.30 "Zīpu Top". "Zīpu Top". Atk.</p> <p>8.30 "Aktuālais par karadarību un dara". "Aktuālais par karadarību un dara". Seriāls.</p> <p>17.15 "Rēģionālās televīzijas piedāvā". "Rēģionālās televīzijas piedāvā". Seriāls.</p> <p>18.15 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>19.00 "ReTV zīpas septiņos". "ReTV zīpas septiņos". Seriāls.</p> <p>19.25 "Autodroms". "Autodroms". Seriāls.</p> <p>20.00 "Gaidām ciemos!". "Gaidām ciemos!". Seriāls.</p> <p>21.00 "ReTV zīpas deviņos". "ReTV zīpas deviņos". Seriāls.</p> <p>21.25 "Rezervēts". "Rezervēts". Seriāls.</p> <p>22.00 "Trīs kavadītā". "Trīs kavadītā". Seriāls.</p> <p>23.00 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>23.45 "Ainavu muzeālizācija". "Ainavu muzeālizācija". Seriāls.</p> <p>13.20 "Televeikala skatogs". "Televeikala skatogs". Seriāls.</p> <p>13.40 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>14.30 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.00 "Dienas personība". "Dienas personība". Dok. filmu cikls.</p> <p>23.10 "Nakts zījas". "Nakts zījas". Seriāls.</p> <p>23.25 "Latvijas sirdsdīsma". "Latvijas sirdsdīsma". Atk.</p> <p>13.00 "Komedīseriāls. Komedīseriāls". Atk.</p> <p>17.15 "Augsta līmena intelekts". "Augsta līmena intelekts". Seriāls.</p> <p>18.45 "900 sekundes". "900 sekundes". Seriāls.</p> <p>19.30 "Dienas personība". "Dienas personība". Seriāls.</p> <p>20.00 "Panoramā". "Panoramā". Detektīseriāls.</p> <p>21.15 "Teātra garša". "Teātra garša". Seriāls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.30 "par Liepāju un liepājniekiem". "par Liepāju un liepājniekiem". Seriāls.</p> <p>16.45 "Limbažu novads rada un dara". "Limbažu novads rada un dara". Seriāls.</p> <p>8.30 "Zīpu Top". "Zīpu Top". Atk.</p> <p>8.30 "Aktuālais par karadarību un dara". "Aktuālais par karadarību un dara". Seriāls.</p> <p>17.15 "Rēģionālās televīzijas piedāvā". "Rēģionālās televīzijas piedāvā". Seriāls.</p> <p>18.15 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>19.00 "ReTV zīpas septiņos". "ReTV zīpas septiņos". Seriāls.</p> <p>19.25 "Autodroms". "Autodroms". Seriāls.</p> <p>20.00 "Gaidām ciemos!". "Gaidām ciemos!". Seriāls.</p> <p>21.00 "ReTV zīpas deviņos". "ReTV zīpas deviņos". Seriāls.</p> <p>21.25 "Rezervēts". "Rezervēts". Seriāls.</p> <p>22.00 "Trīs kavadītā". "Trīs kavadītā". Seriāls.</p> <p>23.00 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>23.45 "Ainavu muzeālizācija". "Ainavu muzeālizācija". Seriāls.</p> <p>13.20 "Televeikala skatogs". "Televeikala skatogs". Seriāls.</p> <p>13.40 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>14.30 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.00 "Dienas personība". "Dienas personība". Dok. filmu cikls.</p> <p>23.10 "Nakts zījas". "Nakts zījas". Seriāls.</p> <p>23.25 "Latvijas sirdsdīsma". "Latvijas sirdsdīsma". Atk.</p> <p>13.00 "Komedīseriāls. Komedīseriāls". Atk.</p> <p>17.15 "Augsta līmena intelekts". "Augsta līmena intelekts". Seriāls.</p> <p>18.45 "900 sekundes". "900 sekundes". Seriāls.</p> <p>19.30 "Dienas personība". "Dienas personība". Seriāls.</p> <p>20.00 "Panoramā". "Panoramā". Detektīseriāls.</p> <p>21.15 "Teātra garša". "Teātra garša". Seriāls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.30 "par Liepāju un liepājniekiem". "par Liepāju un liepājniekiem". Seriāls.</p> <p>16.45 "Limbažu novads rada un dara". "Limbažu novads rada un dara". Seriāls.</p> <p>8.30 "Zīpu Top". "Zīpu Top". Atk.</p> <p>8.30 "Aktuālais par karadarību un dara". "Aktuālais par karadarību un dara". Seriāls.</p> <p>17.15 "Rēģionālās televīzijas piedāvā". "Rēģionālās televīzijas piedāvā". Seriāls.</p> <p>18.15 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>19.00 "ReTV zīpas septiņos". "ReTV zīpas septiņos". Seriāls.</p> <p>19.25 "Autodroms". "Autodroms". Seriāls.</p> <p>20.00 "Gaidām ciemos!". "Gaidām ciemos!". Seriāls.</p> <p>21.00 "ReTV zīpas deviņos". "ReTV zīpas deviņos". Seriāls.</p> <p>21.25 "Rezervēts". "Rezervēts". Seriāls.</p> <p>22.00 "Trīs kavadītā". "Trīs kavadītā". Seriāls.</p> <p>23.00 "Spried ar Delfi". "Spried ar Delfi". Seriāls.</p> <p>23.45 "Ainavu muzeālizācija". "Ainavu muzeālizācija". Seriāls.</p> <p>13.20 "Televeikala skatogs". "Televeikala skatogs". Seriāls.</p> <p>13.40 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>14.30 "Paramedīki 2". "Paramedīki 2". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>15.00 "Kur tas suns aprakts?" "Kur tas suns aprakts?". Dok. filmu cikls.</p> <p>21.45 "Iz esmu runājusi". "Iz esmu runājusi". Dok. filmu cikls.</p> <p>16.00 "Dienas personība". "Dienas personība". Dok. filmu cikls.</p> <p>23.10 "Nakts zījas". "Nakts zījas". Seriāls.</p> <p>23.25 "Latvijas sirdsdīsma". "Latvijas sirdsdīsma". Atk.</p> <p>13.00 "Komedīseri</p>

dabūt tūlīt”

“Mediju atbalsta
fonda ieguldījums no
Latvijas valsts
budžeta līdzekļiem”

MAF
Mediju atbalsta fonds

Speciālista ieteikumi

No Slokas purva nākušas, līdz vannai tikušas

Lai arī medicīna strauji attīstās un ārsti piedāvā arvien jaunākas un modernākas ārstniecības metodes, nemot talkā dažadu aparātu, godājami ir un paliek dabas dziednieciskie faktori. Ne velti cilvēki izmanto iespēju doties uz Jaunkemeriem, lai saņemtu dziednieciskā minerālūdens procedūras vai izjustu dūņu aplikāciju patikamo siltumu. Tās te ir visgaiditākās procedūras. Jāpriečājas, ka laiks iet, mainās arī vide, bet joprojām ir smeļamas dabas bagātības Kemeriem tuvējā apkārnē. Par savu veselību ir jārūpējas, turklāt jādara tas regulāri.

Par kūrora vēsturiskajām tradīcijām un dabisko bagātību pielietojumu stāsta kūrora rehabilitācijas centra Medicīniskās rehabilitācijas un ambulatoro pakalpojumu nodaļas vadītāja ELĪNA MALKIELA.



Foto - no personīgā arhīva

Jaunkemeros ir pieejami vairāki minerālūdens veidi – to var gan dzert, gan izmanto arī vannās. Tad jau šie ūdeni ārstē gan iekšķigi, gan ārēji?

– Jūrmalas teritorijā iegūst triju veidu minerālūdeni: sērūdeņraža, nātrijs hlorīda un broma. Tās ir brīnišķīgas dabas dāvanas, ko var izmantot ārstniecībā. Sanatorijā ir pieejami visi trīs minerālūdens veidi. Ja nātrijs hlorīds minerālūdeni lielākoties izmanto dzeršanai, sērūdeņraža minerālūdenim ir plašaks pielietojums – to var gan dzert, gan noder procedūrām (vannām). Vannas ieteicamas hronisku muguras un locītavu sāpju gadījumos, bet sēdoša darba darītājiem tās mazina muskuļu saspringumu. Sērūdeņradim piemīt arī reģenerējošas īpašības, tādēļ vannas būs piemērotas arī pacientiem ar ādas slimībām, kā psoriāzes vai neirodermīta gadījumā. Ja uz ķermeņa ir kāda rēta, sērūdeņraža minerālūdens sekmē labāku sadzīšanu, rētaudi paliek mīkstāki un labāk arī izskatās. Kūrorta viesiem patīk ūdeni noskalot rokas vai seju, jo āda uzreiz kļūst mīkstāka. Savukārt broma minerālūdens ir tas, kura iegūšanai nepieciešams visdzīļakais urbums. Sanatorija to saņem no vairāk nekā 991 metra dziļuma. To izmanto tikai vannām, jo ir ļoti koncentrēts. Broma vannas mazina sāpes un iekaisumus, uzlabo vielmaiņu un palīdz relaksēties. Atslābinošais efekts ir jūtams jau pēc 10-15 minūšu peldes, pagūlot 35-38 grādus siltā broma minerālūdens vannā.

Var tikai apbrīnot dūņu nodaļas darbiniekus, kuri karstos spainus cīlā visu gadu, katru pacientu saudzīgi tinot palagos. Kur slēpjas dūņu dziedinošais spēks?

– Darbiniekiem tas ir sen ierasts darbs, un šķiet, – ko jaunu gan viņi varētu pastāstīt –, taču pacienti diezgan bieži jautā: “Kas ir dūņas?” Tas arī saprotams, jo pacientu plūsma nemitīgi mainās, daudzi Jaunkemeros ierodas pirmo reizi. Dūņas ir ar ūdeni piesātinātas nekonsolidējušās ūdens baseina nogulas. Latvija lielākoties ir bagāta ar divu veidu dūņām – kūdras dūņām un sapropeļa jeb saldūdens tilpju nogulumu dūņām. Kemeru dziedniecīkās kūdras dūņas unikālas ar to, ka tās bagātinātas ar sērūdeņradī. Sanatorijā izmantojam tieši kūdras dūņas, ko iegūst Slokas purvā. Tas ir ļoti pateicīgs materiāls procedūrām, jo dūņas ir plastiskas, tās viegli uzklāt aplikāciju veidā uz ķermeņa un neslīd nost, ilgi notur arī siltumu un neatdziest.

No purva atvestās dūñas taču uzreiz neklāj pacientiem. Kā notiek to sagatavošana procedūrām?

– No purva dūņas nonāk Jaunkemeros tā devētajā dūņu virtuvē. Tur tās arī sagatavo. Darbinieki izlaza visu lieko – sīkos zariņus, čiekurus, akmentiņus. Pēc tam dūņas sajauc ar sērūdeņradī, uzsilda un pa īpašu liftu *aizbrauc* uz dūņu nodaļu, kur tās saņem pacienti.

Kā īsti notiek dūņu procedūras?

– Dūņu pelde (dūņu vanna), piemēram, pie mums, rehabilitācijas centrā, aizvien notiek pēc Kemeru kūrortā ieviestām tradīcijām un receptūras. Protī, 200 litru tilpuma vannā ieliek 40 kilogramu sagatavoto dūņu, vannu piepilda ar siltu sērūdeņraža minerālūdeni, dūņu masu samaisa, lai peldes temperatūra būtu 38 – 39°C. Taču dūņu aplikācijas tomēr ir daudz pieprasītāks pakalpojums. Kādreiz “Jaunkemeros” bijusi pat nodaļa, kur dūņas izmantotas neauglības ārstēšanai sievietēm, taču šis fakts pieder vēsturei, mūsdienās to vairs nepraktizē.

Dūņu procedūras ir laba lieta, taču ne gluži visiem tās piedāvā, lai kā arī pacients griebētu.

– Tā patiešām ir – ne visi tiek pie dūņu aplikācijām. Jebkurš pacients, kurš ierodas “Jaunkemeros”, iziet caur ārsta rokām, un speciālists izvērtē viņa veselību. Ja cilvēks cieš no akūtām sāpēm, viņam bijusi onkoloģiska saslimšana, varbūt ir iekaisums vai nesen bijis pat insults – peloīterapiju ieteikt nedrīkst. Tikai tad, ja nav šo kontrindikāciju, dūņu aplikācijas paātrina dzīšanas procesu, veicina bojāto audu reģenerāciju vai mazina alerģiskas reakcijas. Tās palīdz arī psoriāzes gadījumā, arī, ja ir problēmas ar muguru, locītavu artrozes. Protams, dziedināšanas procesu sekmē arī sērūdeņraža minerālūdens, ar ko dūņas sajauc.

Kas notiek pēc procedūrām – kur nonāk izmantotās dūñas?

– Kad darba diena ir galā un pacienti prom, dūņas savāc vienkopus, un šis derīgais izraktenis atkal nonāk savā dabīgajā vietā – dūņu reģenerācijas laukā. Dūņas ir resurss, kas ar laiku atjaunojas, pēc aptuveni trim gadiem tās var izmantot atkārtoti. Lepojamies, ka esam vienīgie Baltijā, kas savā praksē īsteno dziedniecisko dūņu reģenerācijas procesu.



Foto - no personīgā arhīva



Foto - A.Kirsanovs

Milestones paviljona. Kādreiz rotunda Kemeru parkā bija būvēta kā Kafejas paviljons (tā saucās agrāk), kur spēlēja mūzika, varēja baudīt atspirdzinošus dzērienus un desertus. Kad izveidoja mākslīgo diķi, tajā iemitinājās gulbju pāris. Uzskatot šos putnus par mūžīgās milestones un uzticības simbolu, cilvēki vietu sāka dēvēt par Milestones paviljonu. Šobrīd tur atvērta neliela kafejnīca, var uzkāpt otrajā stāvā un vērot parka apkārnī.

Sagatavoja M.Sprudzāne

Mežs un mototehnika. Vai un kur drīkst?

Uztraucas par izbraukāto zemsedzi Sitas mežā

Meži ir Latvijas lielākā dabas bagātība, kuri klāj teju pusi mūsu valsts teritorijas. To sniegtās iespējas – īpaši siltajos vasaras mēnešos – izmanto arī liels skaits iedzīvotāju, uz mežu dodoties ne tikai ogot un sēnot, bet arī nodarboties ar sportiskām aktivitātēm un vienkārši pavadit brīvo laiku.

Par redzēto ļoti pārdzīvo

Starp atpūtniekiem ir arī cilvēki, kuri mežu teritorijās dodas izbraucienos ar motocikliem un kvadracikliem. Tas nav aizliegts, ja vien tiek ievēroti noteikumi, kuri regulē atrašanos un pārvietošanos mežā. Tikmēr laikraksta "Vaduguns" redakcijā vērsās lasītājs, kurš, sēnojot Sitas mežā, ievērojis, ka tur jaunieši izveidojuši improvizētu mototrasu, pa kuru pārvietojas ar motocikliem (attēlā). Turklat ar dzelzs rumakiem tiek *rauts valā* nevis vietās, kur ir speciāli izveidoti meža ceļi vai dabiskas brauktuvēs, bet tieši pa meža zemsedzi. "Divus, trīs gadus šajā vietā bija miers un tur ar motocikliem neviens nebraukāja. Tagad viss atkal atsācies no jauna. Jāsaka godīgi, – man par redzēto *asiņo sīrds* un par to ļoti pārdzīvoju. Tur atrodas fantastiski skaisti meža pakalni, bet tie, rupji runājot, ar mototehniku tiek vienkārši *izjāti*. Kādā no reizēm pie trīs jauniešiem, kuri uz turieni bija atbraukuši ar motocikliem, piegāju klāt un par šādu rīcību aizrādīju, un viņus pakaunināju. Neko neteica... Turklat, domājams, šādi mežu izbraukāšanas gadījumi notiek arī citviet Latvijā. Tādējādi taču tiek postīta daba! Kā pret šādu rīcību attiecas "Latvijas valsts meži?" jautā lasītājs.

Izbraukātajā vietā – mikroliegums

Jāpiebilst, ka temats par motobraucējiem un mežiem vienmēr bijis aktuāls, par ko līdz šim rakstīts gan medijos, gan arī notikušas dažadas publiskas diskusijas. Piemēram, 2020.gadā Biķernieku kompleksajā sporta bāzē notika diskusija "Par saudzīgu mototransporta pārvietošanos Latvijas mežu ceļos", kurā tikās VAS "Ceļu satiksmes drošības direkcija", Latvijas Motoklubu asociācijas, Latvijas Motosporta federācijas, AS "Latvijas Valsts meži", SIA "Rīgas meži", Valsts mežu dienesta, Valsts policijas un Valsts vides dienesta pārstāvji. Diskusiju rīkoja saistībā ar tolaik sabiedrībā plašu rezonansi radušo motobraucēju plosīšanos valsts mežos, Ložmetējkalnā izbraukātajām strēlnieku cīņu vietām, vietējo iedzīvotāju izliktajiem šķēršļiem motobraucējiem un Madonas novadā bojāgājušo kvadracikla vadītāju, kurš guva nāvējošas traumas, iebrucot pār ceļu novilktajā trosē.

AS "Latvijas valsts meži" Ziemeļlatgales reģiona meža apsaimniekošanas plānošanas vadītājs ALDIS LAGANOVSKIS sarunā ar laikraksta "Vaduguns" žurnālistu pastāstīja, ka lasītāja minētā vieta atrodas Sitas mežā 49.kvartālā, kur ir mikroliegums. Kā zināms, mikroliegumi ir teritorijas, kas tiek noteiktas, lai nodrošinātu īpaši aizsargājamās sugas vai biotopa aizsardzību. Līdz ar to šajā vietā atļauts pastaigāties, ogot vai sēnot, bet aizliegta jebkāda mežsaimnieciskā darbība, tajā skaitā motorizēta pārvietošanās ārpus ceļiem. "Sitas mežā 49.kvartālā atrodas aizsargājami biotopi – veci vai dabiski boreāli meži un ķerpjiem bagāti priežu meži, kā arī mikroliegums un buferzona, kuri noteikti, jo tur atrodas medņu apdzīvota teritorija. Tādēļ arī "Latvijas valsts meži" tur neveic nekādu saimniecisko darbību un medņu mikrolieguma buferzonā pavasari un vasarā jāievēro termiņa ierobežojums, kurā aizliegts trokšņot. Jāatceras arī Meža likuma 5.pants, kas, runājot konkrēti par transportlīdzekļiem, nosaka, ka tos atļauts lietot, tikai pārvietojoties pa ceļiem un dabiskām brauktuvēm, izņemot pārvietošanos mežā, valsts aizsardzības vai sabiedrības drošības uzdevumu un meža apsaimniekošanas darbu veikšanai, to saskārjot ar meža īpašnieku vai tiesisko valdītāju. Tas nozīmē, ka motorizēta pārvietošanās mežā tajās vietās, kur nav ceļu un dabisku brauktuvju, aizliegta jau no likuma viedokļa, nemaz nerunājot par īpaši aizsargājamām dabas teritorijām," skaidro



Foto - A.Kirsanovs

Izbraukātais posms Sitas mežā. AS "Latvijas valsts meži" atgādina, - iedzīvotājiem ir tiesības uzturēties un brīvi pārvietoties mežā, taču vienlaikus jābūt atbildīgiem pret dabu un tur izveidototo infrastruktūru, kā arī jāievēro savstarpejā cieņa, lai netraucētu citus meža apmeklētājus.

speciālists.

Jautāts, ko īsti nozīmē jēdziens 'dabiskā brauktuve', A.Laganovskis skaidro, ka tā ir ne vairāk kā četrus metrus plata neizbūvēta brauktuve mežā apsaimniekošanas un aizsardzības (piemēram, ugunsdzēsības) vajadzībām. Daļu motobraukšanas entuziastu šis jēdziens gan mulsina, jo motobraucējiem šķiet, ka dabā tā var būt arī šaura iebrukta taciņa. "Latvijas valsts meži" skaidro, - dabā dabiskā brauktuve ir no 2,5 līdz 4 metriem plata iebrukta vieta, kas izmantojama meža apsaimniekošanai tikai optimālos mitruma apstākļos un meža aizsardzības funkciju veikšanai. Motociklistu iebruktās takas nav dabiskās brauktuvēs.

Izstrādāti labas uzvedības noteikumi

Papildus visam iepriekš minētajam, "Latvijas valsts meži" izstrādājuši arī labas uzvedības noteikumus, kas pieejami uzņēmuma interneta mājaslapā www.lvm.lv un kuros izdalīta arī atsevišķa sadaļa "Pārvietošanās ar motorizētajiem transportlīdzekļiem". Tā ir plaša, uzskatāma un ļoti noderīga informācija ikvienam, kuri dodas mežā. Noteikumos arī ļoti precīzi un ar ilustratīviem piemēriem atrunāts, kur atļauts un kur aizliegts pārvietoties ar motorizētiem transportlīdzekļiem. "Motobraucējs, kurš mežā, it īpaši mikroliegumā, ar motorizētu transportlīdzekli pārvietojas ārpus ceļiem un dabiskām brauktuvēm, bieži vien neapzinās, kādu postu var nodarīt dabai. Tādējādi var iznīcināt dzives vidi gan retai augu sugai, gan arī dzīvai radībai. Aizliegtās vietās, mežā braucot ar transportlīdzekļiem, palielinās arī ugunsbīstamības riski, jo sūnas un ķerpji mēdz ieķerties izplūdes gāzu sistēmās vai motora nodalījumā, izraisot ugunsliesmas. Braucot uz Sitas mežu arī ievēroju, ka šeit ir ļoti daudz ogotāju un sēnotāju. Tādēļ svarīgi atgādināt zelta vārdus: "Ko uz mežu atnesi, to arī aiznes prom!" Diemžēl ir daļa sabiedrības, kas turpina piekopt ne tās labākās tradīcijas

Sugu un biotopu aizsardzības pārkāpumu gadījumos paredzēti arī administratīvie sodi. Piemēram, par normatīvajos aktos noteikto īpaši aizsargājamo sugu dzīvnieku, tajā skaitā putnu un zivju, un īpaši aizsargājamo sugu augu, sēnu un ķerpju, kā arī īpaši aizsargājamo biotopu aizsardzības un izmantošanas prasību pārkāpšanu fiziskai personai piemēro brīdinājumu vai naudas sodu no 3 līdz 200 naudas soda vienībām (no 15 līdz 1000 eiro), bet juridiskai personai — no 14 līdz 350 naudas soda vienībām (no 70 līdz 1750 eiro).

un mežus piesārņo. Tādēļ "Latvijas valsts meži" regulāri rīko akcijas, no meža izved atkritumus un sabiedrībai stāsta, ka tā rīkoties nedrīkst, jo vēlamies, lai mūsu māja būtu tīra un skaista," cilvēkiem būt atbildīgiem aicina meža speciālists.

Redzi pārkāpumu? Ziņo!

Noslēgumā A.Laganovskis piebilst, - ja iedzīvotāji ievēro, ka mežā tiek pārkāpti noteikumi un, kā šajā gadījumā, ar transportlīdzekļiem notiek pārvietošanās aizliegtā vieta, Balvu novada iedzīvotāji par to var ziņot Balvu iecirkņa mežkopīm Jānim Jankavam (tel.nr.: 26576422). Tālāk informācija tiks nodota "Latvijas valsts mežu" Drošības un kontroles daļas darbiniekiem. "Tāpat par nelikumībām var ziņot policijai, kas pēc saņemtā iesnieguma noteikti vērsīsies arī pie mums. Jāmin, ka atsevišķos reģionos izveidotas pastāvīgas braukšanas trases, kuras motobraucēji droši var izmantot. Runājot konkrēti par Sitas mežu, pavisam netālu no minētā 49.kvartāla atrodas privātpārniekam piederošs karjers, kuru, cik zināms, arī izmanto motobraucēji. Tādēļ, ja motobraucējs sazinās un vienojas ar karjera īpašnieku, iespējams, braukšanai var izmantot šo vietu. Tikmēr "Latvijas valsts meži" kategoriski neatbalsta mežā neatļautas darbības, tajā skaitā pārvietošanos ar transportlīdzekļiem mikroliegumā. Jebkurā sfērā pastāv zināmi noteikumi, kuri jāievēro. Tādēļ ir ļoti svarīgi sabiedrību izglītot un mācīties kopā, jo viss atkarīgs no cilvēku informētības un izpratnes," uzsver AS "Latvijas valsts meži" Ziemeļlatgales reģiona meža apsaimniekošanas plānošanas vadītājs A.Laganovskis.

AS "Latvijas valsts meži" izveidojuši bezmaksas lietotni "LVM GEO Mobile", kurā, pateicoties vienkopus pieejamajam plašajam karšu un datu kāstam, var ērti orientēties dabā, kā arī meklēt un identificēt objektus. Lietotnes pamatā ir jau iepriekš sagatavots kartogrāfiskais materiāls, kuru var izmantot gan tiešsaistē, gan lejupielādēt datus izmantošanai bezsaistē. Mobilajā aplikācijā, kas īpaši būtiski šajā gadījumā, var identificēt arī īpaši aizsargājamās dabas teritorijas. Tādēļ pirms došanās mežā ar mototehniku, sēnojot vai ogojot ir ļoti vērtīgi šo lietotni lejupielādēt un parliecināties, vai vietā, kur plānojat pārvietoties, nav, piemēram, mikroliegums, uz ko attiecas īpaši nosacījumi. Aplikācija palīdzēs arī neapmaldīties mežā. "Ja cilvēks ar transportlīdzekli vēlas pārvietoties pa mežu, ir jāapzinās riski. Viena lieta ir braukt ārpus aizsargājamās dabas teritorijas, ko arī nav atļauts darīt tam nepiemērotās vietās. Tikmēr pavisam kas cits ir braukt tieši mikroliegumā, kad dabai var nodarīt vēl lielāku skādi, kas var būt neatgriezeniska," uzsver AS "Latvijas valsts meži" Ziemeļlatgales reģiona meža apsaimniekošanas plānošanas vadītājs Aldis Laganovskis.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

“Mājas kafejnīcu dienas” Balvu novadā

Aicinām uz breineigu garšu un sajūtu piedzīvojumu

Ziemeļlatgalē – “Mājas kafejnīcu dienām 2023” Balvu novadā!

26.un 27.augustā Balvu novada saimnieces un saimnieki būs parūpējušies par īpašu noskaņu un gardiem ēdieniem, atverot savu saimniecību durvis, pagalmus, terases, dārzus un ierīkojot tajos improvizētas mājas kafejnīcas ar kultūras programmām, produkcijas tirdziņiem un cita veida aktivitātēm lieliem un maziem apmeklētājiem. Balvu novadā viesus gaidīs 16 mājas kafejnīca.

Viesojoties šajā pusē, var nomainīt pilsētas burzmu pret lauku klusumu, atpūšoties Balvu novada brīvdienu mājās, kur nesteidzīgas dienas ir pilnas ar jaukiem pārsteigumiem. Iespējams paviesoties izzinošajās Balvu novada muzeja ekspozīcijās, ļauties laiskai atpūtai izbraucienā ar plostu “Vilnītis”, apskatīt Vilakas ezera salas taku ar pontonu tiltu un Marienhauzenas pilsdrupām, kā arī apskatīt interesantu privātkolekciju “Abrenes istabas” un izvēdināt galdu pastaigās Stompaku purva takā.

26.augustā

“Azote”

Adrese: Brīvības iela 59a, Balvi, GPS: 57.132598, 27.267496

Darba laiks: **26.augustā plkst. 11.00 – 1.00**, iepriekšēja rezervācija nav nepieciešama.

Tālrunis informācijai – 29445914. Var uzņemt līdz 20 personām vienlaikus.

“Azotē” ikdienā vari iegādāties Ziemeļlatgales mākslinieku, amatnieku, mājražotāju un vietējo radošo personību radītos darbus un produktus. Mājas kafejnīcu dienās “Azotē” tiks celtas galda kūkas un sālās uzkodas, Latgalē grauzdēta kafija un ziedu tēja. Bēriem piedāvāti piena kokteili, pieaugušajiem – mājas likieru degustācija. No plkst. 21.00 līdz 1.00 uz terases arī muzikālais baudījums – vinila plašu “house” mūzikas ballīte ar DJ BARIK.

Apmeklējot kafejnīcu, varēsi iepazīties ar vietējo mākslinieku, amatnieku produkciju un iegādāties ko sirdī tikamu, uzspēlet “Latapis wood” āra spēles. Kūkas, uzkodas un kafiju būs iespēja iegādāties arī lidzjēmēšanai.

Piedāvājumā – kūka Pavlova – EUR 3. Citronkūka – EUR 2. Siera kūka – EUR 3R. Plombīra kūka – EUR 3. Sāļas uzkodas no EUR 3 - 5. Smiltsērkšķu-banānu piena kokteilis – EUR 2,50. Latgalē grauzdēta Kuup kafija – EUR 2. Grauzdētu cigoriņu kafeja Alīda – EUR 1. Latgales ziedu tēja – EUR 1. Dabīgi augu un ogu sīrupa dzērieni – EUR 1.

“Dīkmalas”

Adrese: Skolas iela 9 “Dīkmalas”, Baltinava, Balvu novads, GPS: 56.942312, 27.636786

Darba laiks: **26.augustā 11.00 – 19.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 29471150. Vienlaikus var uzņemt 20 personas. Rezervācijas uz plkst. 11.00, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00.

Dīkmalas uzņem viesus – pārsvarā pārus vai ģimenes, vai nelielas (līdz 12 – 15 cilvēkiem) kompānijas un Dīkmalās top pašu audzētu augļu un ogu vīni – upeņu pussausais, upeņu pussaldais, cidoniju – ābolu “Ballišu” vīns. Viesiem ir iespēja ne tikai degustēt un iegādāties vīnus, bet izbaudīt pirts priekus un karsto kubulu, doties nesteidzīgā pastaigā pa Baltinavu, uzkāpt baznīcas tornī, no kura redzama plaša apkārtne. Atbilstoši gada laikam var dzirdēt dažādu putnu “mīlas dziesmas” pavasarī, varžu “kori”, stārkū “klabināšanu”, dzērvju aizlidošanas atvadu “saucienus”, bet visu laiku garantēta ir kaimiņu gaiļa dziedāšana un parkā dzīvojošo pīču ūjināšana. Ja gribās sapucēties kāzām – tad jaunajam pārim, katram atsevišķi piedāvājam kāzu rīta pucēšanās vietas ar Latvijā ražotu šampanieti.

Dīkmalu moto ir: Tālu prom no stresa un steigas! Ja vēlaties būt prom no ikdienas – laipni aicināti Dīkmalās!

Piedāvājumā – uzbeku plovs ar jēra gaļu EUR 8/ pusīte EUR 6. Plovs ar trīs veidu gaļu – cūkgājas, liellopa, vistas EUR 10 / pusīte EUR 7. Jūras velšu risoto EUR 10/ pusīte EUR 7. Saldējuma kokteili (piedāvājums vasarīgos laikapstākļos). Deserts – pārsteigums!

Mājas vīnu degustācija – upeņu pussausais, upeņu pussaldais, cidoniju – ābolu vīns.

“Stabļovas kiploks un medus”

Adrese: “Apses”, Stabļova, Šķilbēnu pagasts, Balvu novads, GPS: 57.022275, 27.659798

Darba laiks: **26.augustā 11.00 – 21.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 29326534.Var uzņemt līdz 30 personām vienlaikus.

Mājas kafejnīca “Stabļovas kiploks un medus” ierīkota māju “Apses” pagalmā. Šīs mājas ir palikušas mantojumā no vecvečākiem un tagad tās pamazām tiek atjaunotas. Mājas



kafejnīcā Jūs uzņems dvīņubrāļu – Jura un Jāņa Supu – ģimenes. Viens brālis nodarbojas ar kiploku audzēšanu, kas ir dzimtas tradīcija, otrs brāļa sirdsdarbs ir bites.

Viesojoties šeit, būs iespēja:

- nogaršot ēdienu, kas gatavots uz ugunkura, marinādēs un piedevās, mērcēs izmantojot kiplokus un medu;
- iegādāties Upītes ciema konditores Mārītes Slišānes gatavotos gardumus;
- nodegustēt un iegādāties “Rols Ols” gatavoto mājas alu;
- iegādāties kiplokus, medu, to pārstrādes produktus un arī dažādu krāsu, veidu un formu ķirbijus;
- nesteidzīgi pavadīt laiku, apskatot Senlietu kolekciju, kurā iespēja aplūkot Upītes ciema apkārtnes savāktos darba rīkus, senos priekšmetus;
- apmeklēt Bišu namiņu, kur ielūkoties “bišu televizorā” un smelties spēku guļot “bišu gultās”.

Piedāvājumā – vistas filejas – dārzeņu iesmiņš. Vistas fileja marinēta medus-kiploku-sojas-sinepju marinādē, tomāti, kabacis, šampinjons, paprika, sezama sēkliņas – tas viss grilēts uz dzīvās uguns, pasniegts kopā ar vārītiem, uz ugunkura apceptiem kartupeļiem ar timiānu.

Piedevās pēc izvēles: mazsālītie gurķi, svaigu kāpostubrukānu salāti ar eļļu, dažādas mērces – medus, kiploku ziedkātu-siera, krējuma mērce. Būs pieejams arī veģetārais iesmiņš – tikai dārzeņi (iepriekš jāpriesaka). Cena par visu piedāvājumu 8 EUR/pers. Būs pieejama arī bērnu porcija jeb pusporcija 4 EUR/pers. Kafija, citronu dzēriens.

“Rančo “Ozolmājas””

Adrese: Rančo “Ozolmājas”, Kārklinieki, Balvu pag., Balvu nov., GPS: 57.080831, 27.224293

Darba laiks: **26.augustā 11.00 – 18.00**

Nav nepieciešama iepriekšēja pieteikšanā

Atvērt savu sirdi un prātu, pabūt dabā, apskaut senos ozolus un samīlot dzīviniekus – to visu jums ikdienā piedāvā rančo “Ozolmājas” saimnieki. Viesošanās rančo ir patīkams un sirds silts piedāvojums ne tikai bērniem, bet arī pieaugušajiem.

Rančo iemītniekiem atvēlēti 10ha platība un ciemošanās aptuvenais ilgums te jāplāno līdz 2 stundām. Visus dzīvnieciņus iespējams paglaudīt, pataustīt un vairākus arī pabarot. Trušu aplokā varēsiet samīlot, sabarot visus mazos pūkaiņus. Saimniecības-mini zoo apmeklējums (pieaugušajiem – EUR 6, bērniem no 3 g.v. – EUR 5), barības traucīšs dzīviniekim – EUR 1,50. Rančo apmeklējums ar uzdevumu – atrodi un atzīmē bukletā norādītos dzīviniekus + 0,50 euro. Vizināšanās zirga pajūgā – 5 EUR/pers.

Mājas kafejnīcu dienās rančo saimnieki Jums piedāvās ēdienus no savu un kaimiņu saimniecībā audzētā. Baudīsiet ēdienus senču garā. Būs iespējams iegādāties arī saimniecībā audzēto un pašu gatavoto. Atmosfēru baudīsim kantri stilā ar atbilstošu mūziku. Aicinām izvēlēties kantri stila apģērbu un aksesuārus. Reģistrācija pasākumam ar mājas āboliem – no katra apmeklētāja viens ābols kopējā grozā pie iejas.

Piedāvājumā – jēra gaļas uguns zupa “Senču dvaša”. Uz oglēm grilēt vesels jērs ar zilzaļo kāpostu salātiem. Aitas gaļas desīnas “Pikantās raganas”. Liellopa gaļas burgeri ar mājas ceptu maiži “Latgales Sierinieks” ar Preiļu Čedāras siera mērci un “Vidzemes Grillmeistars” ar grilētu Smiltenes moca-rellas sieru. Fritēti kartupelīši ar mērci. Ēdienu cenas no EUR 6 līdz 15. Žagariņi ar saldu pūdersniegu, kūkas un cepumi. Slushie saldētās suliņas, popcorns, cukurvate. Dzērienu degustācijas: mūsmāju paegļu džīns – upeņu, aveņu un zaļais, ozola zaru brendījs Vadātājs, baltais stiprais Kamieļa acs. Visus dzērienus piedāvāsim arī dzirkstošos Kokteiļos. Pašbrūvēts Viļsnenieku mājas alutīnš, putojošs un salds Dūmalus.

“Noras”

Adrese: “Noras”, c. Žogi, Krišjāņu pagasts, Balvu nov., GPS: 56.810271, 27.297077

Darba laiks: **26.augustā 11.00 – 16.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 26519272

“Norās” ir iespēja lieliski pavadīt laiku visai ģimenei, baudot skaisto dabu, klusumu un svaigo gaisu. Saimnieki Anna un Valdis aicina baudīt vēlās brokastis, pusdienas mājas kafejnīcā “Noras” – brīvā dabā, skaistā vietā ar gardiem ēdieniem. Izstaigāsim un pastāstīsim par mūsu mīļajām “Norām” – dzimtas mājām ar īpašu stāstu! Pāriesies basām kājām pāri Tilžas upītei un apskatīsim saimnieku iekopto parku “Noras”. Te būs vienkārši un sirsniņi. Uz tikšanos “Norās”!

Piedāvājums – sālās uzkodas (arī veģetārās), zupa “Soļjanka”, mīdiņu zupa, plātsmaize ar kafiju/tēju. Pašu siets siers. Pašbrūvēta lauku alus degustācija. Cena 25 EUR/pers.

“Spāģi”

Adrese: “Spāģi”, Rugāju pag., Balvu nov., GPS: 57.044751, 27.239206

Darba laiks: **26.augustā 11.00 – 21.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni: 26582144. Var uzņemt līdz 15 personām vienlaikus.

Mājas kafejnīca “Spāģi” ir lauku mājas ar estētisku vidi, kuru čakli kopī visa ģimene. Vieta, kur katrai gadai tiek kaldināti labiekārtošanas plāni, ieguldīts roku un sirds vījums to īstenošanā un uzturēšanā. Vide ar plašu pagalmu, čaklāko bišu dravu un iespēju atrast sev mīļu nostūrīti gan skrejošam bērnam, gan entuziasma pilnam jaunietim, gan cilvēkam darba gados, gan kādam senioram ar sirmiem matiem. Māju kafejnīcu dienā tiks baudīti Sprogu ģimenes tradicionālie un iemīlotākie ēdieni, noslēgumā tiks iekurts ugunkurs, pie kā tiks pavadīta aizejošā un darbīgā vasaras sezonā muzikālā akordeona un saksofona pavadībā.

Piedāvājumā – ugunkura zupa – EUR 3.Tradicionālie Spāģu kāpostu tīteri – EUR 5. Cūkgaļas sacepums ar dārzeņiem – EUR 6. Rupjmaizes kārtojums mājas gaumē – EUR 4. Medus kūka – EUR 1,50. Saldējuma kokteilis – EUR 3. Mājas limonāde – EUR 0,50, kafija – EUR 1,50.

26. un 27. augustā

“Brīvupes”

Adrese: “Brīvupes”, Tutinava, Kubulu pagasts., Balvu nov., GPS: 57.152503, 27.275017

Darba laiks: **26. un 27. augustā 11.00 – 17.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 28330904. Var uzņemt līdz 10 personām vienlaikus.

Atbalsta māja “Brīvupes” ir sociālais uzņēmums, kur ir iekārtota vide un notiek sociālās rehabilitācijas aktivitātes. Montesori pedagoģijas, audiologopēda un kanisterapijas nodarbības, nodarbības siltajos graudos. Mājā ir “Kambariņš” viesu izmitināšanai un lauku miera baudīšanai. Šurp ceļi atved vecākus, kuriem ir jautājumi par savu bērnu attīstības veicināšanu un aktivitāšu dažādošanu. Tāpēc aicinām uz nesteidzīgu Miera tējas/ kafijas baudīšanu zem bērza. Būs iespēja dzirdēt mājas stāstu un iedrošinājumu/apliecinājumu, ka esat labi vecāki.

“Skaņu vibrācijas Brīvupēs” – iespēja aprunāties, iegūt un baudīt sajūtas! **26.augustā 11.00-17.00** skaņu gultas prezentācija ar Gunti Niedoliņu (par ziedojušumu). **27.augustā 11.00-17.00** skaņu gultas prezentācija ar Gunti Niedoliņu (par ziedojušumu) un skanošo trauku prezentācija ar Veltu Supi. **Plkst. 18.00** gongu meditācija (ziedojušums – EUR 10) .

Piedāvājumā – deserts "Šokolādes podiņš" ar sezonas ogām un kafija vai tēja – 5 EUR.

* Turpinājums 15.lpp.

“Mājas kafejnīcu dienas” Balvu novadā

*Sākums 14.lpp.

Cepiens “Paradīzēs”

Adrese: “Paradīzes”, Brūklāji, Bērzkalnes pag., Balvu novads, GPS: 57.080639, 27.383337

Darba laiks: **26. un 27.augustā 11.00 – 19.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 29423688. Var uzņemt līdz 25 personām vienlaikus.

Aicinām izbaudīt lauku paradīzi Ziemeļlatgalē! Viesu namā “Paradīzes” saimnieko Sanitas un Normunda Prūšu ģimene, kuri gadu gaitā ir atjaunoši senu lauku māju un radījuši skaistu vidi sev apkārt, ko novērtē ari tuvāki un tālāki viesi. Māju kafejnīcu dienās Balvu novadā Tevi – lielu un mazu – mīļi gaidīs viesu namā “Paradīzes”! Viesi “Paradīzes” gan mielosies ar ēdienu, gan arī aktīvi atpūtisies, jo tiek piedāvāta ūdens balonu pilsētiņa, zorby bumbas, katamarāni, SUP dēļi, sporta laukumi, peldvietu dīķos. Dabas mīlotāji droši varēs izstāgt apkārtni, iepazīties ar savdabīgo liepu svētbirzi, apskatīt 17 dīķus, atpūties šūpuļtūklos, lapenēs, veldzēties dabas spēkā.

Māju kafejnīcu dienu laikā varēs iegādāties saimnieces sagādāto produkciju no lavandām un saimnieka un dēla veidotos putnu būrišus – produkciju, kura vieno un saliedē ģimenes, jo mājvietas putniem ir jāsaliek kopā. Neizpaliks arī kāds pārsteigums! Gaidīsim ciemos!

Piedāvājumā – starteritis “Mierīgs prāts”, starteritis “Ar vēsu prātu”. Meksikānu sautējums “Chilli con carne” ar latviešu piesitienu. Burkānu & Apelsīnu biezzupa ar spinātu kroutoniem. Tako “Kraukšķīgais kodiens”. Ēdienu cenas no EUR 3 līdz 6. Unikālā “Braunija siera kūka”. Burbuļvafeles “Ogu eksplozija” un “Sprādziens šokolādes fabrikā”. Mohito kokteiļi “Vēsais Mango” un “Zem Liepas”. Kafija Latte “bez jumtiņa”, kapučino “Labrit”. Paradīzes zāļu tēja.

“Garšu sarunas “Ezertūrē””

Adrese: Sporta iela 20, Viļaka, Balvu nov., GPS: 57.184970, 27.680569

Darba laiks: **26.augustā 11.00 – 19.00, 27.augustā 11.00 – 15.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 26292288. Var uzņemt līdz 10 personām vienlaikus.

Ikdienā Z/S “Sēnites” nodarbojas ar lauksaimniecību un aktīvo tūrismu “Ezertūre” pie Viļakas ezera un “Million star hotel”, piedāvājot aizmirsties Ziemeļlatgalē – iznomājot SUP dēļus, tandēma velosipēdu, katamarānu, laivas, jumta terasi, pirts muciņu uz riepām un naktsmītni – glempingu pie Viļakas ezera “Million star hotel”. Glempings divi videi draudzīgi namiņi, kas atrodas uz pontona Viļakas ezera kastmalā un aprīkoti ar visu nepieciešamo patīkamai atpūtai un īpašu iespēju baudīt zvaigžņotās debesis. Šo vietu var dēvēt par Ziemeļlatgales Balvezers, niedres, ūdensputni un krāšņa daba visapkārt!

Piedāvājumā – viesi kopā ar “Meža labumu ciema” dāmām veidos savus īpašos ēdamos smēriņus un atspirdzinošos vasaras (bezalkoholiskos) dzērienus no zalumiem, plavu un mežu augiem, garšvielām, lineļļas, ūdens, sēklām, medus, ābolu etiķa, ogām. Smēriņu apmeklētāji varēs ņemt sev līdzī mazajā 50 ml burciņā (iekļauts cenā).

Ciemiņi tiks aicināti doties uz pusdienošanu, izgaršojot Vjetnamiešu Pho Ga jeb vistas zupiņu ar pašu ceptu maizīti, uz kuras varēs uzlikt savu iepriekš sagatavoto smēriņu. Grilējums – augļi ar sieru balzamiko mērcē. Noslēgumā tiks pasniegtas saldās uzkodas – mazās vēja kūkas un eklēri. Cena – 17 EUR/pers.

“Reiz bija arī tādi laiki”

Adrese: Krasta iela 3, Tilža, Tilžas pagasts, Balvu nov., GPS: 56.905868, 27.360013

Darba laiks: **26. un 27. augustā 11.00 – 18.00 (siltais ēdiens līdz 16.00)**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 26425960. Var uzņemt līdz 20 personām vienlaikus.

“Rūsa Vējā” piedāvā retro motociklu kolekcijas apskati, vizināšanu un aktīvu izklaidi brīvā dabā lielākām un mazākām kompānijām. Mājas kafejnīcu dienu laikā viesiem piedāvāsim iespēju atgriezties pagātnē un izbaudīt ubagu, nabagu un kungu galdu, kā arī būs iespēja izkustēties un aktīvi darboties.

Tiem, kas ieradīsies un ziedos moto atrībūtiku, būs blats.

Piedāvājumā – ugunkura zupa, debesmanna no dārza ogām, medus kūka, kompots. Augu tēja (pašu gatavota Melnā ugunkpuķu tēja), kafija.

Cena: kungiem– 25 EUR/pers. (pusdienu komplekts, kolekcijas apskate un izbrauciens ar retro motociklu); nabagiem –15 EUR (iekļauts: pusdienu komplekts un kolekcijas apskate); ubagiem – 5 EUR (iekļauts: zupa ar rupjmaizes šķēli un kolekcijas apskate).

“Rekovas dzirnavas”

Adrese: Rekovas iela 19, Rekova, Šķilbēnu pag., Balvu nov., GPS: 57.041245, 27.614999

Darba laiks: **26. un 27.augustā 11.00 – 17.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 29132664. Var uzņemt līdz 30 personām vienlaikus.

Rekovas dzirnavas ir unikāla vieta pašā austrumu pierobežā, kurā ikvienam ir iespēja nobaudīt vietējo Latgales produktu garšu dažādā izpildījumā. Viena no galvenajām ēdienu sastāvdalījām ir vietējās zemnieku saimniecības “Kotīji” saražotā produkcija. Īpašie ēdieni, kas te jāpagaršo ikvienam gardēdim, ir pērļu grūbas ar dažādām sezonačām garšām, zirņu humuss, pupu kotlettes un pērļu grūbu deserts.

Ikdienā Rekovas Dzirnavās var iegādāties zs “Kotīji” ražotus pārtikas produktus – pērļu grūbas, dažādus miltus (pupu, zirņu u.c.), pankūku maisījumus, rapšu un līnsēklu eļļu u.c. graudaugu un pākšaugu produktus, kā arī svaigu, no pašu izejvielām ceptu maizīti. Pieņemam pasūtījumus produktu degustācijai, rikojam meistarķases. Vairāk informācijas par produktiem www.kotinuveikals.lv

Mājas kafejnīcu dienu laikā piedāvāsim ciemījiem produktu degustāciju – gan visēdājiem , gan vegetāriem , gan vegāniem. Būs iespēja iegādāties produkciju un doties ekskursijā uz z/s “Kotīji”.

Piedāvājumā – klasiskā: miežu grūbu zupa uz gaļas buljona bāzes ar pašmāju tomātu sulu. Pērļu grūbu putra ar ceptiem sīpoliem. Pupu un zirņu kotlettes. Sezonālie dārzeņu salāti. Zirņu humoss. Pašcepta maize. Pērļu grūbu deserts. Pupu miltu plātsmaize. Kaņepju tēja. Piedāvājuma cena – 12 EUR/pers.

Vegetārā – miežu grūbu zupa ar pašmāju tomātu sulu. Pērļu grūbu putra ar eļļā ceptiem sīpoliem. Pupu un zirņu kotlettes. Sezonālie dārzeņu salāti. Zirņu humoss. Pašcepta maize. Pērļu grūbu deserts. Pupu miltu plātsmaize. Kaņepju tēja. Piedāvājuma cena –12 EUR/pers.

Veganā – dārzeņu buljons ar pupu kraukšķiem. Lobītu auzu graudu risoto ar gailenēm vai Sautēti šķeltie zirņi ar burkāniem. Pupu un zirņu kotlettes. Sezonālie salāti ar kaņepju vai līnsēklu eļļu. Zirņu humoss ar vegānpankūkām. Auzu putraim deserts ar žāvētu augļu kīseli. Kaņepju tēja. Piedāvājuma cena – 12 EUR/pers.

“Šķladi”

Adrese: Kalna iela 19 D, Kubuli, Balvu novads, GPS: 57.166833, 27.210109

Darba laiks: **26. un 27. augustā 11.00 – 18.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 20031204 vai info@skladigo.lv. Var uzņemt līdz 30 personām vienlaikus.

“Šķladi”, kas atrodas Kubulos, ir neparasta vieta. Pie mums ir vērts atbraukt, lai aplūkotu industriālo mantojumu – teritoriju ar ēkām, kuras kādreiz kalpoja kā dzelzceļa stacijas noliktavas. Tepat blakus bija dzelzceļa līnija Gubene-Pitalova, kuras sliedes ir demontētas, toties sobriid kādreizējā dzelzceļa līnija tiek atjaunota kā zaļais ceļš jeb “Greenway” un te ir markēts reģionālais velomaršruts Nr.15 Rīga-Viļaka.

Mājas kafejnīcas “Šķladi” apmeklētāji kļūs par lieciniekiem šīs teritorijas attīstībai, kur saimnieko Rozīšu ģimene, jo mērķi ir lieli – te pēc pāris gadiem “Šķladi” būs tapuši par izklaides un atrakciju centru.

Piedāvājumā – klasiskais komplekts: Tom Ka zupa ar vistu. Cālis medus glazūrā ar rīsiem. Siera kūka ar ogu mērci.

Komplektu cena ir 20 EUR/pers. Cenā ietilpst svaigi ceptā maize, ūdens, tēja/kafija.

“Tuoraga stuosti Zeļusolā”

Adrese: Janki, Zeļi, Šķilbēnu pag., Balvu nov., GPS: 57.01090, 27.70400

Darba laiks: **26. un 27. augustā 11.00 – 20.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni: 29754060. Var uzņemt līdz 30 personām vienlaikus.

Zeļusola – iespēja ciemoties senā Latgales sētā, saplūst ar dabu un senatni, iepazīt vēsturi un sajust laika plūdumu.

Zeļusola ir tekstilmākslinieces, projekta #100decLatvijai autores un rakstniecēs Anneles Slišānes lauku sētā Latgalē, unikāla ar savu tradicionālo etnogrāfisko apbūvi, ar iespēju apmeklēt tekstīliju izstādi un katram pašam būt par daļu no brīnumainā sāstā un raksta kopīgi austā deķi. Garšīgi vietējie ēdieni, pašu audzēti produkti, ar mīlestību un atmiņām veidotā ēdienkarte. Tekstīliju izstāde, grāmatu “tuoraga stuosti” lasījumi, dziesmas un sarunas.

Piedāvājumā – biezpiena plācenīši ar krējumu, upēju

ievārījumu vai medu – EUR 5. Kartupeļu biezenis, biezpiens, salāti – EUR 5. Maizes krāsnī pašu cepta rudzu maize, saldkābā maize, Zeļu ogu maize ar medu, upēju ievārījumu – EUR 2. Biezpiena pīrägs ar upēju ievārījumu – EUR 3. Saldās biezpiena bumbiņas – EUR 3. Paštaisīts upēju saldējums – EUR 3. Zeļusolas plāvu tēja ar medu – EUR 1. Upēju sula no pašu audzētām ogām– EUR 3.

27.augustā

Ezera namiņš

Adrese: “Zīļu krasts”, Centramuiža, Balvu pagasts, Balvu nov., GPS: 57.125540, 27.218285

Darba laiks: **27.augustā 11.00 – 19.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 29341900. Var uzņemt līdz 16 personām vienlaikus.

Ezera namiņš ir rūpīgi lolots un izsapīrots, tapis šī gada vasarā. Mēs piedāvājam nakšņošanas pakalpojumus un pirts baudīšanu, vērojot saulrietus Balvu ezera krastā. Mājas kafejnīcu dienas laikā viesiem tiks piedāvāti istī māju ēdieni – māju kūka un tepat Latvijas laukos ievākti dārzeņi, kas tiks īpaši pagatavoti šim pasākumam. Visas dienas garumā paredzēts arī muzikāls baudījums un laivu izbrauciens skaistajā Balvu ezerā.

Piedāvājumā – biskvīta kūka ar svaigā siera krēmu un ogām. Sezonas dārzeņi, krējuma un zilā siera mērcē. Kafija, ogu limonāde. Piedāvājuma cena – 15 EUR/pers. (ēdiens, aktivitātes)

“Arnita un draugi”

Adrese: Brīvības iela 2C, Balvi, Balvu novads, GPS: 57.125094, 27.236985

Darba laiks: **27.augustā plkst. 11.00 – 16.00**

Iepriekšēja pieteikšanās pa tālruni 26361594. Var uzņemt līdz 30 personām vienlaikus.

Dabas miera osta “Arnitas labsajūtu darbnīca” piedāvā iespēju uz mirkli aizbēgt no ikdienas un vairāk iepazīt dabas burvību un augu spēku savai veselībai. Te saimnieko pirtniece, mājažotāja Arnita Melberga, kura kopā ar saviem draugiem un domibiedriem aicina baudīt mājas kafejnīcas piedāvājumu – ēdienus no pašu audzētiem dārzeņiem, ogām, pašu gatavotus kokteiļus un mājas vīna degustāciju. Viesiem būs iespēja radoši darboties kopā ar keramīki Elitu Eglīti. Ikdienā “Arnitas labsajūtu darbnīca” var baudīt pirts rituālus, iepazīt ārstniecības augus un nobaudīt saimnieces mājažojumus.

Piedāvājumā – uzkodu plate – dažādu veidu sieri, maizītes, dārzeņi un pašu gatavotas mērcītes. Sautējums “Sātīgais” gatavots uz ugunkura ar pašaudzētiem dārzeņiem un gaļu. Siera kūka ar ogu mērci (ēdienu cenas – EUR 3-7). Dzērieni – uz vietas pašu gatavota zāļu tēja, kokteiļi (EUR 1,50 – 5).

“Kaņepīte JBN”

Adrese: Pārupes iela 11, Tilža, Tilžas pag., Balvu novads, GPS: 56.899519, 27.360101

Apsveikumi

Savienotas sirdis, rokas,
Ceļš nu viens un mērķis viens,
Divas takas kopā lokās,
Šķētināts jauns pavediens!
Slēgta ir šī deriba
Mīlestībā, cerībā!



Sirsnīgi sveicam
Agnesi Andrupi un Juri Klimoviču,
laulību gredzenus mijot! Lai romantiskā kāzu dienas
burvība dod tik daudz emociju un iedvesmas, ka
pietiku ilgai un laimīgai kopdzīvē!
Stacijas pamatskolas kolektīvs

Ik rītu mosties ar saules gaismu acīs,
Ar ziedu smaidu sejā,
Ar putnu dziesmām ausīs,
Ar taureņu vieglumu domās,
Ar darāmiem darbiem rokās,
Ar dzīves mīlestību sirdī... (B.Debejska)

**Sveicam Jūs, Dzintra, un "Senda Dz"
kolektīvu 25 gadu darba jubilejā!**

Paldies par skaisti klātajiem galdiem un garšīgajiem
ēdieniem. Vēlam Jums izturību, veselību un Dieva
svētību turpmāk!

Valija un Paulis Žugi, Aigara, Kaspara Žugu ģimenes,
Sanitas Keišas ģimene

Lai Tev laime, lai Tev prieks,
Lai Tev sportā desmitnieks!

Daudz laimes svētkos
Antonam Žukam!

Sveiciens
no Balviem



Reklāma

**Ņem stādāmo stobru
vai krūmgriezi,
strādā mežā un pelni!**

AS "Latvijas valsts meži" aicina
pieteikties konkursam

"Meža atjaunošanas, kopšanas un
aizsardzības pakalpojumu
sniegšana 2024. un 2025. gadā"

Pieteikšanās līdz 2023. gada
22. augusta plkst. 10.00 EIS sistēmā

Vairāk informācijas:
www.ej.uz/mezkopiba

**MEŽKOPĪBAS DARBI – PAMATS RAŽĪGAM
UN VESELĪGAM NĀKOTNES MEŽAM**

LATVIJAS VALSTS MEŽI
KOKSNE • STĀDE • ATPŪTA

Vaduguns
Indekss
3004
IZNĀK OTRDIEŅĀS, PIEKTDIENĀS
IZDEVĒJS
SIA "BALVU VADUGUNS"
Nodokņu maksātāju apliecības Nr.
LV43203002982

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

Reklāma

**Mūsdienīgākie
darba apavi un
apģēri!**

www.JACKAL.lv
Rīga, Brīvības gatve 357.
Tālr. 25424245.

Pērk

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

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

Iepērkam LIELLOPUS!
62003939
info@senlejas.lv

PĒRKAM

Augošu koku cirsmas
un sortimentus pie ceļa

Meža iepāšniekiem:
• Veicam bezmaksas konsultācijas;
• Pārīdzam meža taksācijas
sagatavošanā, cirsmu iestigošanā;
• Pārīdzam iestiegti ciršanas
pieleikumu VMD.

Metsä
Telefoni informācijai: 26115369; 67804343
www.metsaforest.com/lv

TRVENT
Pērk mežu un
lauksaimniecības zemi.
www.trovent.lv
e-pasts: info@trovent.lv
Tālr. 29429555

Pērk izcirstus mežus
(3000 EUR/ha), jaunaudzes,
zemi. Tālr. 28282021.

Gimene vēlas iegādāties lauku
VIENSĒTU ar zemi un mežu
(laukos), ar elektīras pieslēgumu,
bez kaimiņu mājām blakus.
Tālr. 25302291.

Pērk zirgus. Tālr. 26477904.

Pērk labu VAZ (Niva) dzinēju.
Tālr. 26556678.

"Craftwood" pērk meža ipašumus,
cena no 1500-10000 EUR/ha.
Tālr. 26360308.

**REKLĀMA,
SLUDINĀJUMI**
D.Dimitrijeva
T. 64507018
26161959

REDAKTORS E.GABRANOV - T. 29360850
ŽURNĀLISTI: S.KARAVOĀCIKA - T. 26707934;
I.ZINKOVSKA - T. 28319682;
M.SPRUDZĀNE - T. 27832538; I.TUŠINSKA - T. 27145837;
A.LOĀCMELIS - T. 26665086. KOREKTORE - A.SOCKA
GRĀMATVEDE S.BĒRZINA - T. 25908200
ŠOFERIS A.KIRSANOVS - T. 27870730
Tālrinis-autoatbildētājs - **64520961**

Lai tēva mīlestība paliek dzīļi sirdī,
Par avotu, kur mūžam spēku smelt.
(Z.Vijupe)
Izsakām patiesu līdzjūtību **Sandrai**
un viņas ģimenei, **TĒVU**,
VECTĒVU mūžības celā pavadot.
Tilžas ielas 15.mājas iedzīvotāji

Mana dzīve nodzīvota,
Manas dienas nostalgātas;
Nu aizeju mūža dusā
Baltā smilšu kalniņā.
(Latv.t.dz.)

Izsakām līdzjūtību **Marijai un**
tuviniekiem sakarā ar
STĀNISLAVA KAŠA aiziešanu
mūžībā.
Antonīna Circene un klassesbiedri

Pāri sirmām kapu piedēm
Pāršalc tavas dzīves stāsts.
Pāri darbam, sāpēm, ilgām
Baltu, vieglu smilšu klāsts.
(M.Svire)

Izsakām līdzjūtību **Anitai Kašai un**
bērniem, **VĪRU** un **TEVU** smilšu
kalniņā pavadot.
Leicānu ģimene

Ir sāpes, ko nespējam dalīt uz
pusēm,
Nav tādu vārdu, kas mierināt spētu.
Nostājas blakus tev draugi un klusē,
Kaut vai tā, lai tev palidzētu.
(O.Lisovska)

Izsakām visdzīļako līdzjūtību
Sanītiņai un viņas tuviniekiem,
miļo **TĒTI**, **VECTĒTINU** mūžības
celā pavadot.

Ingrīda, Artūrs

Dusi saldi zemes rokās,
Lai tev sapņu nepietrūkst.
Mīlas rokas ziedus noliks,
Un tev vienmēr silti būs.
(A.Straube)

Šajā sāpju un skumju brīdi kļusi
mierinājuma vārdi un patiesa
līdzjūtību **Ādmiņu ģimenei**, miļo
DĒLU mūžībā pavadot.
Zvejnieku ģimene

Var nemanot pienākt salna,
Kad ziedi kā sniegpārslas birst.
Nav sacīts, cik dzīve ir gara,
Tās pavediens pēkšņi var iet.
(M.Jansone)

Skarbjā stundā, kad pārtrūcis
KASPARA ĀDMANA dzīves
pavediens, izsakām visdzīļako
līdzjūtību **vecākiem**.
Vilnis, Ulda ģimene, Bronislava

Kad vakaram tavam neaust vairs
rits,
Kad mūžības gājiens tev iezvanīts,
Tad dvēsele brīva mūžībā iet,
Kur saule nekad vairs nenoriet.
(B.Senkeviča)

Mūsu patiesa līdzjūtību **Annai**
Circenei un tuviniekiem, **BRĀLI**
mūžības celā pavadot.
Tilžas pamatskolas kolektīvs

Pārtrūka stīga, apklosa dziesma,
Apdzisa zvaigznes, saira sapņi,
Viss tas notika pēkšņi un strauji.
Pielīja sāpju un asaru trauks.
(Z.Purvs)

Izsakām visdzīļako līdzjūtību **Annai**
Circenei un viņas tuviniekiem,
BRĀLI zemes klēpi guldot.
Tilžas pamatskolas 2023.g.
absolventi un vecāki

e-pasts: vaduguns@apollo.lv
mājaslapa: vaduguns.lv
Datorsalikums-
SIA "Balvu Vaduguns",
R.KACĒNS
Iespēsts SIA "Latgales
Druka", Rēzeknē,
Baznīcas 28
TIRĀŽA - 2300