



Piektdiena ● 2024. gada 17. maijs

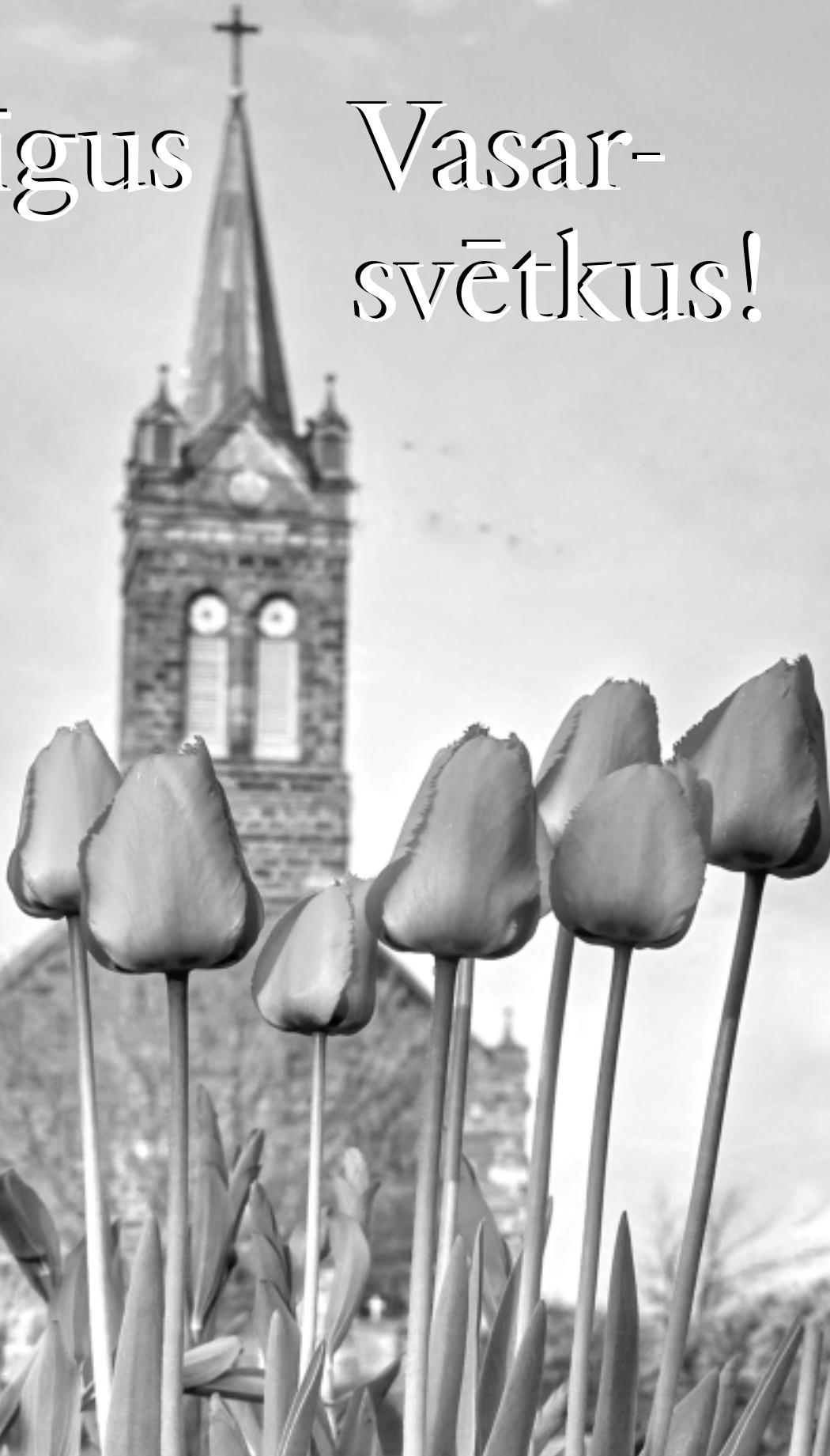
CENA tirdzniecībā 0,95 EUR

Dārza svētki

4.



Svētīgus Vasar-svētkus!



Aija Socka

Svētdien ar ziediem un meijām mājās, ar labu noskaņojumu un tirām domām svinēsim Vasarsvētkus.

Agrāk Vasarsvētku sestdienā ļaudis tīrija sētu, sakopa istabas, slaucīja pagalmu, izpuškoja māju un pagalmu ar bērziem. Mejas lika durvju priekšā, pie klēts vai vārtiem, nesa istabā un lika pie katras gultas. Arī mūsdienās daudzviet saglabājusies tradīcija, gaidot svētkus, sakopt un izpušķot māju, kā arī, protams, apmeklēt baznīcu.

Viljakas, Liepnas un Kupravas Romas katoļu draudžu prāvests GUNTARS SKUTELS skaidro, ka Vasarsvētki ir Svētā Gara nākšanas svētki, jo šajā dienā, kas ir 50 dienas pēc Lieldienām, Svētais Gars uguns mēju veidā nolaidās pār Dievmāti Mariju un māceklīem: "Jautāsiet – kādēļ gan Svētais Gars bija sūtīts nākt? Tas nāca, lai uzturētu dzīvu ticību tam, ka Dievs vienmēr būs ar mums. Šī ticība neļauj mums sagumt bēdās un skumjās, tā dziedina un stiprina mūs. Šī ticība spēj darīt lielas lietas, kā tas bija ar apustuļiem pēc Vasarsvētkiem. Viņiem attālumi un grūtības nebija šķērslis, tie devās uz dažādām zemeslodes vietām, lai mainītu pasaules notikumu gaitu. Kā jūra šķēļ viļņus, tā mēs bieži vien esam spiesti lauzt sevi, cirsties cauri viļņu spējam smagumam, bet vienlaikus arī augt un pilnveidoties. Tāpēc Dieva Dēls joprojām dāvā Svēto Garu, lai cilvēkos ienāktu apskaidrība, viedums, gudrība un citas garīgās ipašības."

Par ko šajā svētku dienā ikvienam būtu jāpārdomā? Prāvests saka, ka Vasarsvētkos jāpārdomā, kā Svētā Gara Uguns jeb dievišķā enerģija var palīdzēt virzīties dzīvē uz priekšu: "Kā varam pilnveidot sevi, kā labāk rūpēties par savu fizisko un garīgo veselību, kā atmosties no vienaldzības un iemācīties pienākt klāt cilvēkam, kurš apmaldījies vai pazaudejies, piedāvāt savu palīdzīgo roku. Kaut vai nedaudz izmainot pasaules vaigu katrs savā ikdienā..."

Viljakas katoļu baznīcā ir tradīcija, ka pēc Vasarsvētku svētās Mises katrs var paņemt lidzi svētībai uz mājām bērzu meijas zariņu. Tas atgādina, ka arī cilvēki ir kā stādi Kāda rokās. "Agrāk daudzi, sagaidot šos svētkus, istabas rotāja ar meijām vai to zariem. Un ir labi, ka cilvēki pamaina savu ikdienu, ienesot svaigumu un dzīvību. Vasarsvētkos lai Svētais Gars piepilda dzīvi ar radošumu un dzīvīgu, lai cilvēki atrod iedvesmu labiem ceļiem un būtiskiem lēmumiem," novēl priesteris G.Skutels.

Foto - G.Skutels

Nākamajā
Vadugūnā

● Mācās izdzīvot dabā
Jaunsargu nometne "Balkanu kalni"

● Veido ziedu kompozīcijas
Jaunieši uzņēmējdarbībā

**Aicina noskatīties filmu
"Kopā ar Ukrainu"**

17.maijā plkst. 18.00 Mednevas tautas namā būs iespējams vērot filmu "Kopā ar Ukrainu". Filma veidota, izmantojot Ogres novada pašvaldības domes priekšsēdētāja Egila Helmaņa un viņa komandas uzņemtos videomateriālus, kas tapuši, esot Ukrainā, sarunājoties ar karavīriem, vietējo pašvaldību vadītājiem un citiem karadarbībā iesaistītajiem. Pēc filmas E.Helmanis dalīsies personīgajā pieredzē par piedzīvoto karadarbības zonā. *Brīdinājums – filmā redzami arī nepatikami kadri!*

Palielinās īpašnieku skaits

10.maijā SIA "ZAAO" sapulcē dalībnieki apstiprināja SIA "ZAAO" un SIA "AP Kaudzītes" reorganizāciju, – pēc apvienošanās ZAAO kapitāldaļu īpašnieku skaits palielināsies no 8 līdz 11 pašvaldībām, pievienojoties Alūksnes, Gulbenes un Madonas pašvaldībām. Tāpat tika apstiprināta 2023.gada peļņa 60 957 EUR apmērā, kas tiks atstāta nesadalīta, novirzot iegūtos finanšu līdzekļus uzņēmuma ilgtspējīgai attīstībai un turpmākiem investīciju projektiem. ZAAO ir publiski privāta 8 pašvaldību – Balvu, Cēsu, Limbažu, Saulkrastu, Siguldas, Smiltenes, Valkas, Valmieras – kapitālsabiedrība.

Iedarbinās trauksmes sirēnas

20.maijā no plkst. 10.00 līdz plkst. 10.08 visā valstī uz trīs minūtēm tiks iedarbinātas trauksmes sirēnas, lai pārbaudītu valsts agrīnās brīdināšanas sistēmas ieslēgšanas kārtību un tās darbību, kā arī lai konstatētu bojājumus vai traucējumus trauksmes sirēnu darbībā un to skāņas signālu dzirdamībā.

Īszinās



Nedēļas jautājums

Vai sekojat līdzi Pasaules čempionātam hokejā?

Aija Socka



KRISTĪNA no Šķilbēnu pagasta: – Jāsaka ar Doma dziesmas vārdiem: "Sāp naktī salauzta sirds!", jo par pirmajām divām spēlēm varēja būt maksimālie punkti "nemami"! Protams, 2023.gada panākums uzliek sava veida zīmogu, jo iepriekš mūsu maksimums bija tāls līdz goda podiumam. Ceru, ka Kaspara Daugavīņa cīņasspars atmodinās arī pārējos! Žēl, ka šogad mūris Šīlovs nav vārtos, bet kā ir, tā ir. Mūsu zeme – Latvija, lai mūsu atbalsta spēks palīdz komandai sasniegt augstumus!



LILITA no Krišjāņu pagasta: – Protams, sekoju līdzi Pasaules čempionātam hokejā. Katru izlases spēli gaidu ar nepacietību, jo hokejs ir aizraujošs. Spēlētāju vidū nevaru izcelt labāko, jo hokejs ir komandas spēle, kur katrs dara savu darbu. Novēlu mūsu Latvijas hokeja izlasei augstākos rezultātus Pasaules čempionātā! Sarauj, Latvija!



EVA no Lazdukalna pagasta: – Šajā sezona pati neesmu skatījusies hokeja spēles, rezultātus uzzinu no sociālajiem tīkiem vai citu, kuri ir skatījušies, teiktā. Manai nervu sistēmai būtu grūti izturēt skatīties spēles, jo cīna ir spraiga, hokejisti cīnās godam, malači! Runājot par mūsu hokejistiem, vairāk sirdi laikam ir *iekritis* K.Daugavīš. Novēlu mūsu hokeja izlasei braukt mājās ar uzvaru, bet jebkurā gadījumā – lai kāds būtu rezultāts, lai hokejisti saglabā komandas garu!



SALVIS no Rīgas rajona: – Neesmu tas īstakais hokeja fans, kas nokrāsojas, dzer alu, ēd un skājā atmosfērā skatās spēles. Vairāk vēroju, kā komandai veicas spēle – sekoju līdzi galvenā trenera stāstītajam, vārtsargu trenera Artūra Irbes teiktajam, pievēršot uzmanību šim personībām, kā viņi domā, runā un kā kopumā veidojas rezultāts. Skatos arī, kā izlases fiziskā sagatavotība izskatās uz citu fona, kā jaunie debitanti fiziskajā sagatavotībā un meistarībā iekļaujas komandā. Lai izlasei veicas un izdodas sasniegt labāko!



INGA no Rēzeknes: – Jā, visas trīs spēles noskatītas un līdzi justs draugu un kaimiņu kompānijā! Instagramā piesekoju kontam "Latvijas Hokeja federācija" un dažiem hokejistiem, piemēram, Robertam Bukartam, Jānim Jakam. Ieteikumi hokeja faniem, kas vēro spēles: izbrīvēt vakaru, lai nav nekas cits darāms un var atdoties fanošanai; ja iespējams, skatīties labāko draugu un kaimiņu kompānijā; sagatavoties un sarūpēt vieglas uzkodas un kādu spirdzinošu dzērienu; apģērbties ērti un Latvijas karoga krāsās, lai var viegli uztrūkties no dīvāna un lēkāt; jau iepriekš atvainoties kaimiņiem par troksni un turēt īkšķišus!

Automātiskais atbildētājs
64520961



Hallo!

"Labdien! Gribu paust savas domas par pašvaldības informatīvo izdevumu "Balvu Novada Ziņas". Kāpēc atbildīgās amatpersonas laikā, kad pašvaldībai klājas tik grūti un *jāsavelk jostas* – jāpāriet uz četru darba dienu nedēļu, jāsamazina algas, daudzi vienkāršāku darbu darītāji jāatlaiž, profesionālās skolas audzēkņiem samazina stipendijas pat uz pusi no valstī noteiktā obligātā minimuma u.c., "Balvu Novada Ziņas" joprojām ik mēnesi tiek izdotas krāsainas un uz 20 lappusēm! Kur ir ekonomija? Paskatījos tikko iznākušo maija numuru un secināju, ka ir

tieši tā, kā pilsētā saka ne viens vien man pazīstams cilvēks, – ar šo avīzi var iekurināt tikai krāsns, jo dažs to pat neatver! Kāpēc ir jāpublicē raksti par pasākumiem, kas plašāk ir atspoguļoti "Vadugunī"? Piekritisiet, ka pašvaldības avīzē pietiku maksimums ar 8 lappusēm, kurās, ka redzams maija numurā, publicēta svarīgākā informācija, piemēram, "San-Tex" cenrādis vai saistošie noteikumi. Pārējās lapās lielākoties jau ir informācija par dažādiem pasākumiem, ko iedzīvotāji ir izlasījuši "Vaduguni". Tad kāpēc tērēt iedzīvotāju nodokļu naudu tur, kur to reāli varētu ieekonomēt? Turklat avīzes

tirāža norādīta 9000 eksemplāru, tātad avīze būtu jāsaņem katram otrajam novada iedzīvotājam, jo, balstoties uz "stat.gov.lv" 2023.gada statistiku, novadā bija 18240 iedzīvotāju. Ja, piemēram, šobrīd ģimenē dzīvo četri un vairāk cilvēki, pastkastē tiks ievietotas divas un vairāk avīzes? Absurds! Jo daži šo avīzi, kuri nedzīvo centrā, nesaņem vispār, bet daži savukārt to pat neatver un izmanto vien krāsns iekuršanai. Nu ko, vērts padomāt, kā tērējam iedzīvotāju nodokļu naudu..." savās pārdomās dalījās kāda novada iedzīvotāja.

MANA NEDĒĻA

DACE TEILĀNE,
Balvu Novada muzeja izstāžu kuratore



Šonedēļ daudz darba ieguldīju, gatavojuoties Muzeju nakts pasākumiem, jo šoreiz apmeklētājiem būs vairākas iespējas mūsu krājumus apskatīt virtuāli. Piemēram, muzeja iekštelpās piedāvāsim virtuāli apskatīt aptuveni 17 mākslinieku–novadnieku darbu izstādes. Arī muzeja ārpuse uz ekrāna rādīsim dažādas projekcijas, piemēram, fotogrāfijas "Balvi vakar un šodien", kā arī kolāzas par aizvadītā gada notikumiem muzejā vai to, kā norisinājusās Muzeju naktis iepriekšējos gados un daudz ko citu. Visus šos foto savietoju mapītēs, lai sestdien tās varētu nodemonstrēt uz ekrāniem. Šonedēļ iekārtoju arī jauno izstādi "Muzeja dārgumi Nr1". Savukārt sestdien, Muzeju naktī, strādāšu iekštelpās pie mākslas kolekcijām, atbildēšu uz skatītāju jautājumiem, kā arī, protams, esmu atbildīga par visu norišu piefiksēšanu fotomirkļos. Darba būs daudz. Savukārt svētdien esmu iecerējusi atpūsties dārzā, lai zeme atvelk nogurumu. Noteikti rakšu zemi un peldēšos.

No vēstulēm

Reģionālo mediju digitalizācija – neizbēgama evolūcija

Pēdējo piecpadsmit gadu laikā reģionālo izdevumu abonēšanas rādītāji ir sarukuši uz pusi. Tam iemeslis ir auditorijas paradumu maiņa – ievērojami vairāk patēriņiem tiešsaistes mediju saturu. Reklāmas ieņēmumi krit vēl straujāk par avīžu abonementu skaitu, tīkmēr drukas un piegādes izdevumi aug. Kādas nākotnes prognozes gaida reģionālos izdevumus un vai nav pēdējais brīdis lekt digitalizācijas vilciens? Patlaban izsludināta pieteikšanās Eiropas Savienības Atveseošanas fonda finansējumam, kas var būt iespēja un risinājums pārmaiņām reģionālajos medijos. Jāatzīst, ka esam nonākuši bīstamā situācijā – mediju redaktori un žurnālisti ar savu darbu veido profesionālu informatīvo telpu, taču, ja avīzes neabonē, zūd ekonomiskais pamats uzturēt kvalificētās ziņu redakcijas. Medijiem kļūstot vājākiem, informatīvo telpu pārņem populisms sociālo tīklu platformās un valsts demokrātija kļūst ievainojama. Latvijas mediju tirgū, kurā ekonomiski aktivā un pirkstspējīgā sabiedrības daļa ir mazāka par miljonu iedzīvotāju, iespējas nav bezizmēra – satura tirgū jau ir televīzijas, portāli ar maksas saturu, abonēšanas platformas un citi – lai ar to spētu konkurēt, ir jābūt tehnoloģiski attīstītam, lietotājiem saistošam un ērtam, lai vēl pēc pāris gadiem, kad drukāto reģionālo mediju ienākumi būs vēl mazāki, mums būtu alternatīvs produkts, ko piedāvāt savai auditorijai.

Daži no medijiem jau ir spēruši solus digitalizācijas virzienā, piemēram, ir izveidotas reģionālo ziņu interneta vietnes, taču ar redakcionālām kompetencēm vien nepietiek, lai modernizētos. Ja drukāta izdevuma vizuālais pamats ir makets, tad tiešsaistes versijā reģionālajām ziņām jābūt tikpat vizuāli pievilcīgām, pieejamām tehnoloģiski modernās platformās, nodrošinot lietošanas ērtumu un interaktivitāti, nepietiek tikai ar saturu interneta portālā, kas dublē drukāto versiju. Jāatzīmē, ka digitalizācijas finansējuma programma paredz mediju darbinieku izglītības virzienu, kas jauns apzināt arī iespējas, ko digitalizācijas rīki var dot, tā ceļot redakciju darbinieku profesionālo kompetenci. Nereti redakcijās jūtama pretestība pret drukāto reģionālo avižu digitalizāciju, jo tas ir dārgi un nenes tūlītēju atdevi. Šobrīd lielākoties reģionālie

izdevumi digitālo procesu izmaksas sedz no drukāto izdevumu ieņēmumiem. Nonākam pie jautājuma, – kā šo jauno saturu pārdot? Esam pieraduši, ka internetā viss pieejams bez maksas, un, ja tas nav pieejams par velti, to neizmanto. Pieejamais finansējums ir labs atbalsts digitalizācijas procesiem, jo ļauj proaktīvi rīkoties un domāt, kā saturu monetizēt jeb padarīt par ieņēmumu avotu, pieradinot auditoriju pie tā, ka par kvalitatīvu žurnālista darbu ir jāmaksā, tāpat kā par jebkuru citu darbu. Turklat jāatzīmē, ka ar pārdošanu nedomājam tikai par lasītāju, bet arī par reklāmdevēju, kas ērtā veidā var pārlūkot jau digitalizēto izdevumu, apsverot reklāmas iespējas tajā. Digitālajās platformās lasītājiem saturu varētu piedāvāt par zemāku cenu, salīdzinot ar drukāto laikrakstu, jo izdevējam nav jāsedz tipogrāfijas un pasta piegādes izmaksas, pie tam saturu būtu pieejams jebkurā vietā un laikā, tostarp uzreiz avīzes iznākšanas ritā, negaidot pasta piegādi, kura reģionos mēdz kavēties. Pasaules pieredze liecina, ka arī reģionālo mediju auditorija var būt atsaucīga vietējo mediju lietošanas paradumu maiņai, iipaši, ja izdevēji spēj piedāvāt lasītājiem saturu mūsdienās tik ļoti iecienītā platformā – mobilajās lietoštnēs.

Mediju digitalizācijas finansējuma iespēja nav brīnumu nūjiņa, kas visu atrisinās, bet ja medijam nav sava digitālā rīka, kļūst arvien grūtāk gūt ienākumus. Ja mūsdienās neesi digitāls, neesi tiešsaistes platformās un nestrādā ar savu auditoriju tajās, tai skaitā sociālajos medijos, tevis nav. Ja vēl esi, tad drīz izzudīsi. Tāpēc jo īpaši reģionālajiem medijiem šobrīd jālūkojas digitalizācijas virzienā, ko piedāvā Eiropas Savienības Atveseošanas fonda finansējums. Nobeigumā vēlos uzsvērt, ka būtiski aicināt reģionālos medijus apvienot spēkās un digitalizācijas projektu pieteikumus veidot partnerībā, mediju nozares darbiniekiem vienojoties par attīstības virzienu. Lūgt padomus, apskatot jau līdzīgus, esošus digitālos risinājumus, jo digitalizācijas mērķis ir panākt, lai satura radītāju organizācijas, iipaši reģionos, funkcionē ilgtspējīgi.

ULDIS SALMINĀŠS, "Reģionu Mediji" izdevniecības vadītājs, Latvijas Reģionālo mediju asociācijas un Latvijas Preses izdevēju asociācijas valdes loceklis

Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: vaduguns@apollo.lv

Saruna

Vai ar jaudīgu traktoru velkam mazu piekabīti?

Edgars Gabranovs

Kopš 4.maija Balvos stājies spēkā akciju sabiedrības "Balvu Enerģija" saražotās siltumenerģijas jaunais tarifs, kas, salīdzinot ar iepriekšējo, ir par 8,38% mazāks (bijā EUR 73,74, tagad 67,56). Jaunais tarifs stājās spēkā ar maija mēnesi, par kuru rēķinus klienti saņems jūnijā. Nereti ierasts, ka mediji siltumenerģijas ražotājiem *klūp krāgā, kad kārtējo reizi jāsavelk jostas*. "Ko darit, ja samazina? Ko gaidit jaunajā apkures sezonā?" jautājām uzņēmuma valdes priekšsēdētājam SANDRIM ŠALAJEVAM.

Patiens priecīga vēsts – tarifs samazinās. Pie sasniegta apstāsieties?

– Atcerēsimies, ka 2023.gadu sākām ar tarifu EUR 88,77, kuru samazinājām uz EUR 73,64, šobrīd tas būs EUR 67,56. Un ir iesniegts izskatīšanai Sabiedrisko pakalpojumu regulēšanas komisijai (Regulators) vēl viens, tas ir, trešais tarifa samazinājuma aprēķins uz EUR 65,... Tiklidz (Regulators) to apstiprinās, tā nekavējoties tiks pielietots. Pāragri runāt, bet, iespējams, būs arī ceturtā tarifa samazinājuma reize. Pāragri, jo enerģētikas (gāzes, elektroenerģijas utt.) tirgū situācija var mainīties nedēļas laikā. Kāpēc tarifu varam samazināt? Viens no būtiskākajiem tarifa izmaiņu iemesliem ir šķeldas cena, esam iepirkusi šķeldu, jāatzīst, par negaidīti labu cenu, ko mums nodrošināja vietējais Balvu novada uzņēmums – SIA "SanMar būve". Šobrīd gaidām (Regulatora) atbildi.

Nereti augsti kungi nesteidz samazināt tarifus, noklusējot par šādu iespēju...

– Iespējams, visi grib pelnīt. Klienti pie cenas ir pieraduši, tāpēc kapitālisma laikā...

Labāk paklusēt?

– Kas attiecas uz mums, tad mūsu aprēķināto tarifu pārbauda un regulē (Regulators), mūsu peļņas iespējas ir strikti ierobežotas. Esam arī atkarīgi no daudzām izmaksām (kurināmais – šķelda, elektroenerģija, degviela transportlīdzekļiem, nodokļu lielā klāsta un vēl papildus "zaļā kurga"). Vienīgais, ko "Balvu Enerģijai" varētu pārmest, ja ceļ tarifu, ir štatū *uzpūšana*. Piemēram, ja man būtu nepamatoti daudz vietnieku, nez cik inženieri, sekretāres...

Nebūtu slīkti?

– Jā, nebūtu, ja tam būtu pamats, tomēr neuzskatu par pamatoitu maksāt algu cilvēkam, kurš imitē darbu vai to dara nekvalitatīvi. Pirmkārt, nemaksāju no savas kabatas. Otrkārt, nav godīgi, ja viens dara, bet otrs blakus *atsēz*, tādu kolektīvu parasti ir grūti vadīt.

Cik liels ir Jūsu kolektīvs?

– Kopš sāku strādāt 2017.gadā, šogad akcionāru sapulcē informēju, ka tolaik bija 47 darbinieki, šobrīd – 30. Varētu jautāt, kāpēc tarifs vēl nav mazāks? Galvenais iemeslis ir šķeldas cenas, un otrs – tāpēc, ka mēs līdzekļus ieguldām attīstībā.

Kur tieši?

– Atcerēsimies vēsturi, kāda agrāk bija Steķintavas katlumāja. Pieļauju, ka cilvēki piemirsuši, kāda bija apkārtnē, tostarp – kādi katli tur atradās, kurus nomainījām uz Latvijā ražotiem automatizētiem katliem. Tie ir lieli finanšu ieguldījumi un kredīta saistības, bet tarifs netika palielināts. Steķintavas katlumāja pagājušogad pabeidzām ēkas administrācijas daļas remontu, kuru šobrīd izīrējam. Tāpat pārdzīvojām enerģētisko krīzi. Ja salīdzina apkures tarifus Latvijā, lai arī ko par Balviem teiktu, mums tie bija zemākajā pozīcijā. Balvieni nebija augstākais tarifs, kas arī nobremzēja īstenot daudzas mūsu ieceres. Publiski bijām paziņojuši, ka mums jājiet no parādiem. Tolaik par šķeldu vajadzēja uzreiz norēķināties, tāpēc nēmām kreditu, kas bija būtisks. Atgādināšu, ka šķeldas cena palielinājās par trīs, pat četrām reizēm. Tā jau ir vēsture, kuru esam pārvarējuši, noturot varbūt ne pašu zemāko, bet pieņemamu tarifu. Tagad sākam atdot parādus un veikt remontdarbus.

Kādas ir ieceres?

– Iespēju robežās remontējam Centra katlumāju. Iedzīvotāji jau ir pamanījuši, ka daudz ko esam nojaukuši. Ēka ir jāsava kārtībā, jo nav normāli, ja ēkas ķiegelīm ir liela iespēja uzkrust uz galvas. Apsekojam jumtu ar domu, ka tur varētu novietot saules paneļus. 2023.gadā strādājām ar peļņu aptuveni 29000 eiro, ar kuru sedzam iepriekšējo gadu zaudējumus. Esam ekonomiski stabili, par ko liecina Valsts ieņēmumu dienesta piešķirtā augstā A klase, kas nozīmē, ka viss tiek maksāts laikus.

Pat par saules enerģiju domājat?

– Jāraugās nākotnē. Novada vadītājs ir rakstījis par ilgter-

miņa attīstību. Esam interesējušies par dažiem zemes gabaliem pilsētā, kur varētu atrasties jaunā katlumāja, pārceļot daļu jaudas un šķeldas apjomus no Centra katlumājas, pat izveidojot tur saules parku. Iespējams, iedzīvotāji jautās, kāds vienīm no tā labums? Tas būtiski ietekmētu tarifu un siltumenerģijas piegādes drošumu un kvalitāti.

Tā ir sapņu vīzija?

– Mēs meklējam palīgus. Varam izdarīt paši, bet tas būs ilgāk. Mums, iespējams, vajag politisko atbalstu, tostarp Eiropas Savienības līdzekļus.

Varbūt tagad ir vispiemērotākais laiks, jo "Balvu Enerģija" ir strategiskas nozīmes objekts?

– Jā, šis varētu būt par pamatu atbalsta piešķiršanai. Neesmu militārās drošības pārzinātājs, bet pēc elektroenerģijas apakšstacijām un sadalēm mēs varētu būt nākamie pēc nozīmes. Protams, labāk, ka jaudas ir sadalītas.

Ja kaut kas nelāgs notiek, tad Balvu centrs paliks bez apkures?

– Uz jaudu sadalīšanu lūkojos no klientu pozīcijām. Ja mums ir remonti un tikai viens ražojošais punkts, tad, lai atslēgtu vienu zaru, kas atrodas kaut kur pa vidu, jāatslēdz itin viss. Mūsdienās cilvēki, kuri ir pieraduši pie komforta, cels pretenzijas. Ja jaudas ir dalītas, tad tās lietas izdarāmas mikstāk.

Savulaik politiķi sprieda par koģenerācijas stacijas izbūvi...

– Regulāri spriežam par jaunu katlumāju, turklāt tās veida izvēle un komplektācija ir jāizvēlas ļoti pārdomāti. Mana pierede rāda, ka tā sauktie *eksperti* parasti strādā tirgotāja vai būvnieka interešos, paļaujoties uz to, ka pasūtītājs nav zinošs. Atgādināšu, ka nesenā pagātnē bijām veikuši iepirkumu un tikuši līdz jaunas KM būvniecības līgumu slēgšanai, kuru pārtraucām. Kāpēc pārtraucām? Ir jāpalasa vēsturiskie laikraksta "Vaduguns" raksti. Bet īsumā... – iepazīstoties ar izbūvē piedāvājumiem, pārzinot tehnoloģijas un to darbību, mēs saskatījām *zemūdens akmeņus* un nevēlējāmies nonākt situācijā, kad objekta pabeigšanai jāmeklē atkal un atkal papildus līdzekļi.

"Zaļais kurss"...

– Nepārtraukti runā par "zaļo kursu", kas, manuprāt, Latvijas ražošanai neko labu nenesīs, tas noteikti paaugstinās produkcijas cenas un izveidos papildus "zaļā kurga" ierēķu armiju. Tas nāk ar augstām, nelogiskām, pat bargām prasībām. Mums no skursteņa izlido noteikts pelnu apjoms, par kuru esam saņēmuši. Valsts vides dienesta atļauju un to ievērojam, jo 100% nevar visu nofiltrēt. Piemēram, nāk ārā kaut kādas 80 vienības izmešu uz vienu kubikmetru (šobrīd atļauts ir līdz 300). Jaunās prasības būs – zem 30. Parastais cilvēks nejutīs, vai tur ir 30, vai 80, viņa dzīvē nekas nemainīsies. Bet šo jauno prasību var nodrošināt tikai specifiskas iekārtas, kas "Balvu Enerģijai" izmaksātu miljonu euro. Kas par to maksās? Klienti! Mēs nepārtraukti maksājam dažnedažādus vides nodokļus. Logiski būtu par to naudu, ko samaksājam, saņemt preti šādu iekārtu. Mēs taču nodokli maksājam par vides uzlabošanu! Šis filtrēšanas iekārtas, kuras Latvijā nemaz neražo, patērēs ļoti daudz elektroenerģijas. Un kāds videi no tā labums, cik tā tika piesārņota, lai šādu iekārtu izgatavotu, un cik tiks piesārņota, lai nodrošinātu to ar elektroenerģiju un apkalošanu?! Paralēli ministrija skatīsies, – lūk, daudz elektroenerģijas tērējam. Tas nozīmē, ka jāveic nezin kādi auditi, jāmaksā sodi un nodokļi.

Apburtains loks?

– Mums, kā tautai, jāsāk domāt, jo šādas ačgārnības ir gan enerģētikas, gan lauksaimniecības sektorā. Es saprotu, ja paskaidrotu logiski, ka lepnā iekārtā kaut ko samazina, būtiski kaut ko nepalielinot. Nevajag būt naiviem. Savulaik rakstīju, ka mums sāk mācīt, ka zari, kas nāk no meža un nav sertificēti, ir slīktie zari. Ja gribi, lai zars pārtaptu par labu, par sertifikātu ir jāmaksā. Savukārt, ja nav sertifikāta, jāmaksā sods. Kur labums videi, vai arī tas ir domāts naudas zīmju zaļums? Neesmu iedzīlinājies, bet parādās kaut kādi raksti, ka aizliegs briķešu un malkas izmantošanu lielām ēkām. Tas, manuprāt, ir atklāts elektroenerģijas ražotāju (saules un vēja parki) lobijs un koksnes izmantotāju presings. Būtu laiks cilvēkiem nākt kopā un par šī tēmām skaļi runāt. Citādāk izvirzis tādas prasības, kuras nav reāli izpildīt. Un atgādināšu – par visu beigās maksā gala patērētājs!

Mēs protam nākt kopā?

– Šķiet, neprotam. Tāpat nemākam domāt soli uz priekšu. Mēs vēlamies, lai kaimiņš iet pa priekšu, un tad arī lūkosim,



Mudina izbaudīt pavasari. Akciju sabiedrības "Balvu Enerģija" valdes priekšsēdētājs Sandris Šalajevs, taujāts, kāds ir milākais gadalaiks, atzina, ka patīk visi un negrasās kādu no tiem izcelt. "Aicinu meklēt zaļumu pavasarī un nevis "zaļajā kursā", viņš jokojot piebilda.

kā viņam veicas. Īstenībā savas tiesības ir jāaizstāv, jārunā. Spilgts piemērs ir skolu slēgšana, kas notiek jau sen. Ja blakus pagastā slēdz skolu, tā ir blakus pagasta problēma, bet ja slēdz tavu, tad ir nelaime. Bet jebkuram cilvēkam, kurš apveltīts kaut ar nelielu intelektu, ir skaidrs, – ja slēdz blakus pagasta skolu, tad drīz slēgs arī tavu. Jā, tos, kuri runā, uztaisa par kaut kādiem... Šobrīd par to jau runā arī cilvēki, kuri ir izglītoti un savu jomu speciālisti, sabiedrībā pazīstami. Šaubos, ka viņi taisa šovu. Tāpēc aicinu izvilkst savas galvas no smiltīm.

Balvu novada domes deputāti ķīvējās, vai jāatpērk no privātpersonām "Balvu Enerģijas" akcijas...

– To nekomentēšu. Es pārstāvu uzņēmumu, konkrētu amatū. Man jārespektē īpašnieka lēmums.

Cik godprātīgi ir balvenieši, maksājot vai nemaksājot apkures reķinus?

– Kas attiecas uz cilvēkiem, tad liels, liels PALDIES par godprātību. Krizes gadus nejutām, kaut gan gājām arī pretī, krizes laikā noturot ilgi veco tarifu un strādājot ar būtiskiem zaudējumiem. Tas, protams, negatīvi ietekmēja mūsu ekonomiskos radītājus. Tagad klientu parāds ir samazinājies. Paldies!

Kāda situācija ir ar apkures katlu tehnisko stāvokli?

– Jauni katli ir tikai Steķintavā. Centra katlu mājā atradas vēsturiskie katli. Tiesa, divus esam nojaukuši. Kāpēc to darījām? Lai uz laiku apspēlētu "zaļā kurga" prasības. Ir likumi un noteikumi, kad, atbrīvojoties no liekām jaudām, izpildām nosacījumus. Ir dažas spraudziņas. No logiskā viedokļa nesaproto, kāpēc, ja ir divi katli ar 7 megavatū jaudu, kas pieslēgti pie viena skursteņa, tad iekārtu vajag. Ja katram būtu savs skurstenis, tad dārgo elektrofiltru, iespējams, nevajadzētu. Kāds videi no tā labums? Šādas, lūk, ir prasības!

Kas ir tie lēmēji, kuri izdomā šādus pīgorus?

– Es to apbrīnoju, turklāt nav iespējams paprasīt logisku skaidrojumu. Tā ir, un viss, – tie ir noteikumi.

Tātad Centra katlu mājā palikuši trīs katli?

– Visus uzturam, visus remontējam, kā arī pēc apkures sezonas beigām veicam lielās apkopes, tomēr vajadzētu jaunākus katlus. Tas ir viens no mūsu plāniem. Jāsaprot, ka esošajā katlumājā, lai veiktu rekonstrukcijas darbus, nepieciešams apturēt visu tās darbību, turklāt visus darbus jāpaspēj pabeigt līdz jaunās apkures sezonas sākumam. Ja būtu jauna katlumāja, tad tā atrisinātu daudzas problēmas un grūtības. Pilsētas vadība atbalsta šo ideju.

* Turpinājums 13.lpp.

Kas Balvu dižmežā galvenais?

15.maijā Balvu skvērā pulcējās lieli un mazi interenti, lai Balvu Centrālās bibliotēkas organizētajos dārza svētkos noskaidrotu, kas notiek dižmežā. Bibliotēkas speciāliste komunikācijas un radošajā jomā Džūlija Apine atgādināja, ka dārza svētkos turpinājām atzīmēt latviešu grāmatu ilustratores un rakstnieces Margaritas Stārastes 110.jubileju.

Balvu Centrālās bibliotēkas direktore Ruta Cibule pirms pasākuma jokojot atklāja, ka no rīta spriedusi, ka iejuties Rūķa tēlā: "Darbinieki man paskaidroja, ka esmu Pintiķis no Pintiķu ciema. Vai samierinājos? Jāizlasa grāmata, lai saprastu, vai tas ir kas labs, vai sliks." M.Stārastesprāt, Pintiķi ir pasaku būtnes, kas dzīvo plāvā starp zāles stiebriem. Nopietni runājot, direktore uzsvēra, ka Margarita Stāraste joprojām ir ļoti pieprasīta autore: "Bērni nāk un nāk, vēloties pārķirstīt grāmatas, noskatīties multiplikācijas filmas, kā arī izspēlēt dažādas spēles. Šodien pulcējamies dižmežā." Lūgta atklāt, kas dižmežā ir galvenais, R.Cibule mudināja šo jautājumu uzdot Džūlijai. "Mūsu versija – pozitīvas emocijas un notikumi," paskaidroja Dž.Apine. Tāpat viņa sprieda, ka dārza svētkus var uzskatīt par sezonas noslēgumu: "Gribas, lai vēlreiz visi sanāk kopā, gūstot pozitīvas emocijas. Kāda ir lasīšanas recepte? Lasītprieks ir pamatu pamats." Savukārt R.Cibule zināja teikt, ka prieku rada tas, lai pie bērniem īstajā laikā nonāktu grāmata: "Turklāt grāmatas ir ļoti dažādas, pat tādas, kas runā. Vai lasītprasme pasliktinās? Lasīju pētījumu, kurā secināts, ka lasīšanas prasmes kļūst ļoti fragmentāras. Tāpat mūsu uztvere kļūst fragmentāra, kad ir grūti koncentrēties kaut kam nopietnākam. Lasišana ir bezmaksas zāles, kas daudzas kaites var novērst. Piemēram, *facebook* māca būt fragmentāriem, stāstot, cik tu smuki dzīvo. Tomēr sociālie tīkli neiemāca saprast, analizēt un domāt." Jāpiebilst, ka R.Cibule patiesi prot lasīt. Viņa smaidot atzina, ka šobrīd pievērsusies pētījumiem, kas vairāk vai mazāk izskaidro, kāda ir mūsu pasaule, kāda ir uztveres sadrumstalotība, pastāvēšana starp daudziem un dažādiem medijiem. Atbildot uz provo- cējošu jautājumu, vai direktore beidzot nonākusi pie esamības jautājuma šķetināšanas, neizpaliekot humoram, piekrita, ka tā varētu būt.



Dižmeža iemītnieki. Balvu Centrālās bibliotēkas kolektīvs kopā ar draugiem. Balvu pilsētas pārvaldniece Maruta Castrova (foto – pirmajā rindā no kreisās) atklāja, ka pirmdien atgriežas darbā. Viņa par galveno mežā nominēja Raganu: "Balveniešiem novēlu vairāk satuvināties, ieraudzīt vienam otru, pamanīt un saliedēties. Kāda ir recepte? Kādam jāstāv priekšā kā diriģentam."



Pieaugušajiem jābūt gudriem. Desmitgadīgā meitene Selva Sējāne (foto) skaistumkopšanas pulciņa pasnie- dzējas Intas Ozolas vadībā apgleznoja sejiņas. "Bērniem patīk, tāpēc pieaugušajiem nevajadzētu rāties. Kas Balvu dižmežā ir galvenais? Dzīvnieki un augi," sprieda Selva. Vasarā viņa plāno spēlēties ar mazāko brāli.

Lieli plāni! Deviņgadīgā Viktorija Pobeda (foto – no kreisās) labprāt iesaistījās izzinošajās aktivitātēs. Vasarā viņa plāno turpināt spēlēt futbolu, turklāt nevis šā vai tā, bet piedaloties arī turnīros. Savukārt Eliāna Seljavina palepojās, ka gaida desmito dzimšanas dienu, kuru svinēs 19.augustā. "Tā būs varena," viņa nešaubās. Lūgta atklāt, kādu dāvanu vēlētos saņemt, meitene lietišķi paskaidroja, ka sapņus nedrīkst atklāt: "Savulaik atklāju, ka vēlos vienu kaķīti. Tagad mājās ir 11 kaķi. Vairāk nevēlos."



Atklāj svētkus. "Di-dancers Teens" dejotājas Marta Pennere, Marta Karavoičika, Estere Šalajeva, Dārta Vanaga un Justine Kušnire atzina, ka ļoti gaida skolēnu brīvlaiku. Viņas bija vienisprāt, ka dejošana ir ne tikai atpūta, bet arī fiziska slodze.



Jaunie bibliotekāri. Arvila Suveika un Pētera Supes māmiņas atklāja, ka dēliem ir pilni seši ... mēneši. Savukārt Ruta Cibule palepojās, ka tie ir bibliotēkas meiteņu bērni.



Ielu mākslinieki. Četrgrādigais Magnus Zilgme kopā ar māsu Vanesu uz ielas zīmēja puķi un varavīksni.



"Nobildējet mani." Balvu sākumskolas audzēknis Roberts Sīlis skvērā ieradās jau gandrīz stundu pirms pasākuma. Sastopot žurnālistu, puisis pavēstīja, ka viņš noteikti ir jānobildē:

"Kāpēc? Piedalos visās aktivitātēs. Ko darīšu vasarā? Braukšu ciemos pie omes uz Rubeņiem.

Tur veikalu nav, tur pasta nav. Toties ir saimniecība un dīķis, kur es peldos." Tā, lūk, sapņi īstenojas, tostarp nonākšana avīzē...



Ēdams, neēdams? Astoņgadīgā Sabīne Džigure, kerot bumbu, paspēja pastāstīt, ka ļoti patīk spēles.

Vasarā viņa plāno doties ceļojumā uz Igauniju.



Spēlē vijolnieks... Balvu Mūzikas skolas vecāko klašu vijolnieku ansamblis apliecināja, ka ir labākie.

E.Gabranova teksts un foto

Attīsta biznesa ideju

Soli pa solim, bet uz priekšu

Sanita Karavoičika

“Ja cilvēks ir uzņēmīgs un vēlas kaut ko darīt, nekas nav grūti. It īpaši, ja dari to, kas tiešām patik,” ir pārliecināta balveniete LIENE POMERE. Uzdrīkstēties izkāpt no savas komforta zonas un sākt kaut ko, kas līdz šim nav darīts – tāds pirms gada bija Lienes viens no lielākajiem izaicinājumiem, kad viņa aizgāja no pamatdarba un ielēca pavisam jaunā nozarē. Tagad Liene ir jaunā uzņēmēja, kura kopā ar vīru Nauri strādā ģimenes uzņēmumā “ASNAG furniture” un ražo mēbeles bērniem.

Daudzus gadus Lienes pamatnodarbošanās bija saistīta ar bērniem, jo viņa strādāja bērnudārzā par skolotāju. Jaunā sieviete atzīst, – kad cilvēks ilgstoši darbojas vienā un tajā pašā sfērā, ik pēc laika piezogas doma, ka vajag kaut ko citu, kaut gan darbs pirmsskolas izglītības iestādē Lienei patīcis vienmēr. “Bērnudārza audzinātāja biju desmit gadus, un desmit gadi, manuprāt, ir pietiekami skaists skaitlis, lai savā dzīvē kaut ko mainītu. Vienkārši bija vēlme sevi realizēt citā limenī. Neliegšos, ka uzrakstīt atlūgumu bija grūti – to darīju trīs reizes, jo pirmsskolā ir ļoti interesants darbs. Bet mūsu ģimenē pašiem aug mazi bērni ar mazu gadu starpību (Annai ir 5 gadi un Renāram – 3), tādēļ bija vēlme vairāk laika pavadīt ar viņiem. Taču nesaku ‘nekad’. Iespējams, ka kādreiz dzīvē es atkal varētu būt skolotāja bērnudārzā. Bet, kamēr tas nav noticis, savu radošumu un idejas izpaužu savā sirdsdarbā – jaunās bērnu līnijas KIDS LINE izstrādājumos,” atklāj balveniete.

Un tad dzima ideja...

Kā radās ideja par bērnu mēbeļu izgatavošanu? Kā zināms, bērni ir ļoti lieli pasaules izzinātāji, kuriem interesē viss jaunais un nepazīstamais. Arī Pomeru ģimenes atvasēm Annai un Renāram pienāca vecums, kad viņi sāka izrādīt vēlmi par rotaļu māju. Nauris ar Lieni izskatīja dažādus piedāvājumus internetā. Lielākā daļa no tā, kas pieejams, bija rozā krāsā, taču beigās izdevās atrast vienu krāsinainu mājas variantu, kas it kā derētu gan zēnam, gan meitenei. Taču problēma sākās mirkli, kad rotaļu leļļu māju vajadzēja salikt kopā. “Vīrs uz nedēļu bija devies komandējumā, bet, atverot jauno leļļu mājas iepakojumu, sapratu, ka tur ir daudz detaļu ar skrūvēm. Diemžēl attiecīgu instrumentu mājās nebija, un tad dzima ideja... Kāpēc gan mums neražot rotaļu mājas bērniem? Taču nevis skrūvējamas, bet tādas, kur nevajag izmantot palīginstrumentus – skrūves, skrūvgriezi un līmi. Turklat tās dēvēt par rotaļu, nevis leļļu mājām, un izgatavot no dabīga bērza saplākšņa, ar iespēju katram pašam nokrāsot sev vēlamajā tonī. Un te nu mēs esam! Ar savām idejām, ar kurām vēlamies dalīties priekos ne tikai ar saviem bērniem, bet arī ar visiem pārējiem,” teic jaunā uzņēmēja.

Bailes veicina attīstību

Liene atzīst, ka sākumā mazliet māca šaubas un bija neziņa, – ja nu tas, kas izdomāts, *neaiziet*. Taču tai pat laikā viņa nonāca pie atziņas, ka bailes, kuras cilvēks piedzīvo, kad aizsniedz savu iespēju robežas, liek iespējām paplašināties. Runājot par biznesu Latgalē, daudzu uzņēmēju domas dālās. Vieni uzskata, ka tas ir iespēju reģions, savukārt citi ir pārliecināti, ka mūspuses uzņēmējam izsisties grūtāk. Liene vairāk piekriti tiem otrajiem, kuri apgalvo, ka Latgalē patiešām izsisties ir grūtāk, jo te ir dārgāka loģistika un diemžēl trūkst profesionāla darbaspēka. Lai kā to gribam vai negribam, viss tomēr vairāk notiek par un ap Rīgu – tas ir fakts. Taču, neskatoties uz to, cilvēki ir gatavi mēģināt, darīt un pārliecināt citus, ka viss ir iespējams. Lienes gadījumā priekšdarbi bija izdarīti – tirgus papētīts, doma skaidra. Atlika tikai sākt darīt. Turklat līdz ar idejas rašanos Liene iestājās PINK skolā Rēzeknē, kur daudz uzzināja par tirgus izpēti, plānošanu, veiksmīgu tirgošanu, mārketingu un citām aktuālām tēmām, kas ir saistošas, uzsākot savu uzņēmējdarbību. “PINK skola, ko organizē Latvijas Investīciju un attīstības aģentūra, bija pirmsinkubācijas periods, attīstot savu biznesa ideju. Tas bija ļoti vērtīgs laiks. Iepazinos ar jauniem domubiedriem, ar kuriem arī šobrīd komunicēju, ktrs nācām ar savu ideju un degsmi kaut ko darīt, domāt par attīstību. Mēs darām un mums izdodas,” ir pārliecināta balveniete.

Pirmie kritiķi – pašu bērni

No idejas 2023.gada janvārī līdz reālam tirgojamam

produktam, kad tika atvērts internetveikals, pagāja septiņi mēneši. Liene atminas, ka pats pirmais produkts bija rotaļu māja, bet kā nākamais sekoja rotaļu krēsls mājas formātā, kura savienošanai nevajadzēja izmantot skrūves. Jaunā uzņēmēja stāsta, ka jebkas, kas ģimenes uzņēmumā tiek izgatavots un domāts bērniem, vispirms nonāk Annas un Renāra rīcībā un testēšanā. “Neviens cits labāk par bērniem mums nepateiks, ko jaunajai mantai vajag un kas ir lieks. Sākumā krēslīnu uztaisījām bez roktura, bet bērni uzreiz pateica, ka rokturi vajadzēs, lai krēslu var pārnest. Tad Renārs rotaļu mājai gribēja lielākas durtiņas, lai cauri tām var izbraukt mašīnas. Sanāca produktus pārveidot vairākas reizes, līdz atradām isto un pareizo risinājumu. Sākumā tās visas šķiet it kā sīkas nianses, taču bērniem un viņu labsajūtai ļoti svarīgas,” atzīst Liene.

Visgrūtāk – iegūt atpazīstamību

Izveidojot KIDS LINE sēriju, jaunā uzņēmēja zināja, ka jebkurš produkts, kas domāts bērniem, būs kvalitatīvi noslēpēts – tā, lai nav iespējams dabūt traumas. Tieši tādēļ viens no pirmajiem svarīgākajiem uzdevumiem idejas realizācijas posmā bija atrast labākos risinājumus, kā produktu pēc iespējas dabūt kvalitatīvu, nepatērējot daudz resursu, līdz ar to arī izmaksas. “Lai ištenotu savas ieceres, man nācās daudz mācīties. Piekrītu apgalvojumam, – kamēr cilvēks mācās un apgūst kaut ko jaunu, viņš ir dzīvs. Apguvu dažādas jaunas programmas, lai vispār saprastu, kā izveidot skici, kā komunicēt interneta vidē un izveidot mājaslapu. Un, protams, ienākot tirgū ar jaunu produktu, visgrūtāk ir dabūt savu pircēju un iegūt atpazīstamību. Pamazām, bet mums tas izdodas. Visvairāk man patik, ka, izveidojot un izgriežot kādu jaunu skici, saprotu, ka man sanācis. Un, protams, mielu saņemt pozitīvas atsauksmes, bērnu foto ar smaidīgām sejām, kas piepilda sirdi un liek darboties tālāk,” apgalvo Liene.

Gada laikā KIDS LINE nozare attīstījusies un uzņēmusi apgrēzienus. Ja sākumā piedāvājumā bija rotaļu māja un krēsls, tad tagad pakalpojumu klāsts kļuvis daudz plašāks – tiek izgatavotas arī dažādas spēles, krāsošanas trafareti, krājkasītes un ar lázergriešanas darbgaldu – arī dažādi suvenīri. Liene atzīst, ka šie produkti palīdz bērniem attīstīt domāšanu, sīko pirkstu motoriku un rada emocijas, darbojoties visai ģimenei kopā. “Taču arī tas vēl nav viss. Tā kā “ASNAG furniture” izgatavo pieaugušo mēbeles, tad, izveidojot KIDS LINE sēriju, radās ideja, ka varētu izgatavot bērnu mēbeles. Sākotnēji tā bija rotaļu māja un rotaļu krēsls, kuru varēja salikt bez skrūvēm, bet šobrīd ļoti aktīvi strādājam pie jaunu produktu izveides, kas drīzumā būs pieejams arī tirgošanā. Tas būs trīs augstumos regulējams bērnu krēslīš un arī regulējums bērnu galddīņš,” nākotnes plānus atklāj jaunā uzņēmēja.

Pamatu pamats ir ideja un komanda

Mēs visi zinām, ka patiesībā viss ģeniālais ir vienkāršs. Arī biznesā, jo bieži vien aizmirstam, ka ne vienmēr sarežģīti mehānismi sniedz vislabākos risinājumus. Taču jaunā uzņēmēja ir pārliecināta, ka uzņēmējdarbības vidē pats svarīgākais ir ideja un komanda, ar kuru kopā tā tiek ištenota, kā arī cilvēciska attieksme pret saviem darbiniekiem un kolēgiem. Vai būt sievietei uzņēmējai ir grūtāk nekā vīrietim? Liene uzskata, – gan jā, gan nē: “Būt sievietei uzņēmējai ir interesanti un radoši. Spriežot pēc sevis, varu teikt, ka ir situācijas, kuras es uztveru emocionālāk nekā mans vīrs, jo viņš daudzas lietas risina no praktiskā un racionālā viedokļa. Protams, jebkura sieviete nebūs uzņēmēja, tāpat kā ne visi vīrieši. Bet, ja ir vēlēšanās darīt, ir ideja, uzdrīkstēšanās un drošme riskēt, viss ir iespējams!”



Ģimene ir spēks. Vēl pirms gadiem pieciem, ja Lienei Pomerei kāds pateiktu, ka viņa aizies no darba bērnudārzā un kļūs par uzņēmēju, viņa noteikti neticīgi grozītu galvu. Taču tas ir noticis. Liene atzīst, ka ģimene ir viņas dzinējspēks, jo visi kopā var izdarīt daudz un virzīties preti mērķiem.



Pašu rokām radīts produkts. Izgatavojot dažādus suvenīrus, spēles un attīstošas lietas bērniem, Liene izmanto speciālu lázergriešanai paredzētu saplāksni, kuru iegādājas Rīgā.

Liene teic, ka tieši vīrs, kurš noticēja viņas sapņiem jau no pirmās dienas, ir vislielākā atbalsta komanda. Viņa ir radošais un generējošais cilvēks, bet vīrs – tas, kurš uz lietām vairāk skatās no praktiskās pusēs, tādējādi palīdzot atviegloš darba procesu. “Mēs ar Nauri viens otru papildinām. Ir situācijas, kurās es vīru pamotivēju darīt kādas lietas, un ir situācijas, kur viņš man neļauj atslābt. Tādā veidā arī rodas idejas un gala produkts. Bet, protams, ienākot tirgū, zināšanām ir jābūt. Un atbalsts ir nenovērtējama motivācija kaut ko darīt, pat ja brižos, kad kaut kas nesanāk, gribas visam atnest ar roku. Vai es, viena esot, būtu šādu lēmumu izvēlējusies? Nezinu. Bet, esot komandā, viss virzās uz priekšu, lai sasniegtu lielos dzīves mērķus,” ir pārliecināta uzņēmēja.

Ekspresintervija Darbs ir hobījs



ANNA SKRIMA, sertificēta nekustamo īpašumu aģente Latvijas Nekustamo īpašumu asociācijā LANĪDA

Kāpēc Jums patīk sava darbs?

– Tas drīzāk ir dzīvesveids. Par darbu to nenosaukšu, jo tas aizņem lielāko daļu manas dzīves un daru to ar degsmi. Par to varu runāt un stāstīt ļoti daudz.

Ar ko parasti sākas darbadienu rīti?

– Ar tasi gardas kafijas un sazvanīšanos ar klientiem.

Kam dzīvē ir vislielākā nozīme?

– Ticībai sev un mīlestībai dzīvot šo dzīvi.

Kas ikdienā sagādā prieku?

– Tas, ka ar savu pieredzi un zināšanām spēju palīdzēt cilvēkiem rast risinājumus grūtās situācijās un ne tikai.

Ko labprāt darāt brīvdienās?

– Man brīvdienu tikpat kā nav. Esmu ceļā starp īpašumu prezentēšanu un nekustamo īpašumu apskatēm.

Kuru ēdienu varētu ēst kaut katru dienu?

– Manas mammas gatavoto vanījas mērci.

Par ko esat pateicīga saviem vecākiem?

– Par mīlestību un brīvību. Par to, ka iemācīja pieņemt lēmumus pašai un nepadoties grūtās situācijās. Par to, ka viss, kas notiek ar mums, ir mūsu pašu atbildība. Kā arī, protams, par saules pilno bērnību laukos, izaugot zemnieku ģimenē, un mīlestību pret to, ko darām.

Par ko bērnībā sapnōjāt kļūt?

– Par advokāti.

Ko nākotnē gribētu iemācīties?

– Apgūt aviācijas pamatus un iegūt helikoptera pilota licenci.

Kāda nodarbe palīdz noņemt dienā uzkrāto stresu?

– Stresa nav, ja ir pareizā attieksme pret notiekošo.

Kādam jābūt ideālam atvaiņojumam?

– Tas noteikti ir ceļojums uz vietu, kur nav tūristu.

Kādas ir balveniešu priekšrocības, salīdzinot ar rīdziniekiem?

– Ka nav jāpavada laiks satiksmes sastrēgumos. Noteikti arī labvēlīga vide bērniem.

Kuri ir Jūsu mīlākie gada svētki?

– Vasaras saulgrieži, jo daba ir pilnā plaukumā.

Kuras uzskatāt par savām labākajām rakstura īpašībām?

– Esmu atbildīga, tieša savos uzskatos, mērķtiecīga, komunikabla un ar labu humora izjūtu. Pozitivisms it visā ir mana rakstura neatņemama sastāvdaļa.

Kurš ir visforšākais gadalaiks?

– Vasara, jo ir silti un var izbaudīt vairāk saules.

Kādi iespaidi par šī gada Eirovīzijas konkursu?

– Iespaidu nav nekādu, jo Eirovīzijas vietā skatījos hokeju.

Ideāla svētdiena ir...?

– Ideāla svētdiena ir diena, pavadīta pie jūras.

Kāda ir laimes definīcija?

– Milēt šo dzīvi. Laimei vienas definīcijas vai instrukcijas nav. Tas ir katra paša iekšējais stāvoklis.

Dzīve ir skaista, jo...?

– ... esam mēs un mums ir dota šī dzīve, ko izdzīvot.

No autiņiem – uz au

Aizvadītajā svētdienā viena gada jubileju svinēja suņu pastaigu un apmācību laukums "Vilku ieleja". Bez svinīgām uzrunām, ģimeniskā atmosfērā, pēc treniņa mielojoties ar šašlikiem un pārrunājot aktualitātes, šī svētdiena izvērtās par draudzīgu domubiedru tikšanos. Biedrības "VadiVidi" valdes locekļi Ikars un Iveta Bleives, kā arī kinologs Olegs Aleksejevs lepojas ar četrkājaino audzēkņu un viņu saimnieku sasniegumiem un atgādina, ka uz apmācībām aicināts ikviens īpašnieks ar savu suni, neatkarīgi no dzīvnieka vecuma, šķirnes vai uzvedības problēmām.

Nodarbībās valda pozitīva gaisotne

Biedrības "VadiVidi" valdes loceklis IKARS BLEIVE priečajās, ka pirms gada izveidotas suņu pastaigu un apmācību laukums "Vilku ieleja" ieguvis tik lielu popularitāti: "Laukums ir pieprasīts. Pagājušajā vasarā treniņos piedalījās vidēji 20 suņi un viņu saimnieki. Ziemā gan šis skaitlis samazinājās, taču tagad atkal palielinās. Cilvēki, kuri atrāk uz apmācībām, ir patīkami pārsteigti, ka nodarbības vienmēr norit ļoti pozitīvā gaisotnē. Redzam arī sasniegto rezultātu – kā suni ir attīstījušies un augusi, jo mūsu nodarbības tendētas uz dzīvnieku socializēšanu un paklausību, lai četrkājainie draugi pilsētā uvestos kārtīgi." I.Bleive stāsta, ka uz laukumu "Vilku ieleja" brauc ne tikai no mūsu novada – Tilžas, Bērzpils un citiem pagastiem, bet arī no Alūksnes un Gulbenes novadiem. "Cilvēki sāk saprast, ka suns ir jāmāca. Pirmo reizi ierodoties uz nodarbību un satiekot citus sugas brāļus, suns ir pārsteigts par pilnīgi visu, kas tur notiek, bet jau nākamajā reizē ir redzams progress," stāsta Ikars. Viņš atklāj, ka biedrībai ir arī nākotnes plāni, kā piedāvāt vēl kvalitatīvākus pakalpojumus suņu īpašniekiem, kuri vēlas apmācīt savus četrkājainos mīluļus: "Drizumā mūsu kinologs Olegs Aleksejevs gatavojas iegūt vēl vienu apmācības sertifikātu."

Ikars ne tikai ir suņu apmācības laukuma idejas autors, bet arī rotveilera Džokera īpašnieks, ar kuru kopā apmeklē paklausības treniņus. Džokera saimnieks lepojas, ka viņa četrkājainais draugs apguvis daudz jaunu komandu. "Lai gan aizņemtības dēļ pēdējā laikā nodarbības neapmeklējām, tagad, kad treniņi notiks ne tikai sestdienās un svētdienās, bet arī trešdienu vakaros, to noteikti darīsim," stāsta Džokera saimnieks. Ikars spriež, ka daudzi suņu īpašnieki labprātāk uz apmācībām dosies tieši darbadienu vakaros, jo brīvdienās ir daudz citu atpūtas plānu un darišanu. "VadiVidi" valdes loceklis vēlas teikt lieku paldies pašvaldībai par palīdzību zāles plaušanā laukuma teritorija, un sola, ka laukums "Vilku ieleja" turpinās iesākto. "Visi suņu saimnieki te ir laipni gaidīti. Pat ja šķiet, ka jūsu sunim nekāda apmācība nav vajadzīga, atrākot un apskatošies, kas te notiek, daudzi saprot, ka tas tomēr ir nepieciešams, jo treniņu rezultāti ir labi pamanāmi. Pat tie dzīvnieki, kuri pirmajās nodarbībās uzzedēs neadekvāti, bija uzbudināti, tagad kļuvuši mierīgi, viņiem var pieiet klāt, var paglaudīt, viņi spēlējas ar citiem suniem un viņus mierīgi var atlāist no pavadas," stāsta Ikars. Viņš atgādina, ka laukums pieejams visu diennakti: "Te varat pastaigāties ar suniem, palaist viņus izskrieties, jo viss ir iežogots. Pilsētā suniem nav tādas iespējas. Taču, cienot pārējos, aiz mīluļa ir jāsavāc. Laukuma lietošanas noteikumi ir izlasāmi pie vārtiem." Ikars priečājas, ka vismaz līdz šim laukuma apmeklētāji uzvedušies kārtīgi, neko nesalaužot un nepiesārņojot.

Zina pat Liepājā un Ventspilī

Kinologs OLEGS ALEKSEJEVS stāsta, ka jubilejas pasākumā valdīja ģimeniska atmosfēra: "Drusku patrenējāmies, pasmējāmies, uzrīkojām nosework sacensības, cepām šašlikus." Kinologs lepojas, ka gada laikā notikusi pamatīga izaugums: "No parasta pilsētas mēroga laukuma, var teikt, esam iekļuvuši "augstākajā līgā", jo pie mums brauc cilvēki ar suniem no Gulbenes, no Alūksnes, pat no Velēnas. Par mūsu laukumu zina pat Liepājā un Ventspili. Par to pārliecīgās, piedaloties dažādos kinologu pasākumos un sacensībās." Olegs uzsvēr, ka galvenais viņa darbā šogad bija apmācīt iedzīvotājus, kā nodarboties ar suniem un sadzīvot ar viņiem: "Lai dzīvnieks būtu absolūti normāls un civilizēts, lai ar viņu kopā nebūtu grūti iziet pārējā. Galvenais mūsu uzdevums šajā apmācībā nav sports, bet gan suna socializācija un paklausība. Lai dzīvnieks neskrien pa pilsētu, lai draudzējas ar citiem suniem un kaķiem, lai nevienam nekož utt. Piemēram, vakar mūsu treniņu dalībniece Zaiga Lāpāne pastāstīja, ka nesen, ciemoties Rīgā, viņai neradās nekādas problēmas, staigājot ar suni galvaspīlētās ielās." Olegs gandarīts, ka pamazām virzās arī uz augstākiem mērķiem, pilnveidojot piedāvātās apmācības: "Jau kādu laiku pieci audzēkņi, ieskaitot manu suni, apgūst

un pilnveido nosework (meklēšana ar ožas palīdzību) iemaņas. Nesen mūsu komandai pievienojusies arī suna īpašniece no Gulbenes, kura ieņem kādu vadošu amatu Valmieras Kennel-klubā un līdz ar to reklamē mūs arī tur." Runājot par nākotnes plāniem, kinologs atklāj, ka šajā nedēļas nogālē plāno startēt pirmajās Latvijas nosework kvalifikācijas sacensībās. Par palīdzību, apmācībām piedāvājot savas telpas, kinologs vēlas pateikties Balvu novada Bērnu un jauniešu centram, kā arī uzņēmumiem "Ananass" un "Balta". Kinologs piebilst, ka jūlijā uzsāks jaunas apmācības, lai kļūtu par nosework instruktori, bet novembrī un decembrī dosies uz Poliju, lai nokārtotu instruktora eksāmenus. "Ja viss izdosies, nākamad – divu gadu jubilejā – sarīkosim lielas nosework sacensības, uz kurām, cerams, uzaicināsim arī kādu tiesnesi no Polijas. Esam izauguši no autiņiem, un tiem, kuri regulāri apmeklē nosework treniņus, laiks izcīnīt kausus un medaļas. Pagaidām braukāsim uz citur notiekošām sacensībām. Jūlijā ar diviem vai trim dalībniekiem plānojam piedalīties sacensībās Lietuvā. Ceru, ka došos arī uz sacensībām Igaunijā. Savukārt nākotnē kopā ar kolēģi esam iecerējuši izveidot neatkarīgu Latvijas nosework asociāciju, mazliet pielabojot pašreizējo nolikumu."

Kinologs atgādina, ka paralēli dalībāi sacensībās turpinās regulāros paklausības treniņus, un, sākot ar nākamo nedēļu, tie notiks ne tikai sestdienā un svētdienā rītos, bet arī trešdienā vakaros.

Mēro ceļu no Bērzpils

Gada jubilejas svinībās piedalījās arī BAIBA ŠUSTERE no Bērzpils kopā ar vācu aitu sunu meiteni, divgadīgo Hannu, kuras pēc nelielā ziemas pārtraukuma atkal atsākušas paklausības treniņus. "Kad suns vēl bija mazs, apmācību uzsākām Gulbenē, jo tur arī ir superīga pasniedzēja. Taču Balvi mums ir tuvāk. Šis laukums ir jauns, moderns un skaists. Turklat te strādā ļoti pieredzējis, gudrs kinologs, kurš mums vairāk pamāca, kā strādāt ar suni. Galu galā tas ir sargsuns, un mēs dzīvojam īpašumā bez žoga, tādēļ paklausība ir ļoti svarīga," stāsta bērzpiliete. Baiba priečājas par savas mīlules izaugsmi, tomēr uzskata, ka visvairāk jāmācas tieši sunu saimniekiem: "Mums pašiem jāmācas, kā valdīt par suni, lai viņš klausītu." Baiba stāsta, ka tagad mājas milule labi zina savu teritoriju un to, ka to nekādā gadījumā nedrīkst atstāt. Hannas saimniece ir ļoti apmierināta ar apmācību laukuma iekārtojumu, sakoptību un tur valdošo draudzīgo atmosfēru: "Arī jubilejas pasākums ar cienastu bija ļoti forši noorganizēts. Mums ne par ko nebija jādomā, tikai jāierodas." Baiba priečājas, ka laukumā izveidojies saliedēts sunu saimnieku kolektīvs: "Sākumā nodarbības apmeklēja ļoti, ļoti daudz sunu. Tagad ir nedaudz mazāk. Un tas ir pat labāk, jo vieglāk strādāt. Tagad nodarbībā esam astoņi līdz desmit dalībnieki un ir vairāk iespēju pievērsties katram individuāli."

Baiba gandarīta, ka beidzot Balvos radīta iespēja apmācīt mājas mīluļus: "Par pilsētu nepateikšu, taču laukos cilvēki joprojām ļoti maz domā par to, ka suni ir jāmāca, jo, iespējams, nav pietiekami izglītoti šajos jautājumos. Esmu ļoti pateicīga, ka Balvos tagad ir tāda iespēja!" Savukārt dzimšanas dienā laukumam "Vilku ieleja" Baiba novēl daudz ieinteresētu sunu saimnieku: "Ja būs saimnieki, kas ir ieinteresēti sunu audzināšanā un socializēšanā, viss būs labi arī šai biedrībai. Paldies, ka viņi ir!"

Komunikācijas iespēja cilvēkiem

Balveniete VIKTORIJA BAIKOVA savus pundurpinčerus Flešu un Feņu uz treniņiem ved kopš laukuma pastāvēšanas pirmās dienas. "Uzskatu, ka galvenā šo treniņu vērtība ir tā, ka tie stiprina komunikāciju starp cilvēkiem, jo tur satiekas sunu saimnieki no dažādiem novadiem. Tie nav tikai treniņi, bet arī informācijas apmaiņa, tanī skaitā par izmaiņām labturības noteikumos un daudz ko citu. Mums jau izveidojies apmeklētāju kodols un laukumā valda ļoti draudzīga atmosfēra." Viktorija priečājas, ka gada jubilejas svinībās izvērtās par īstu ģimeņu pasākumu, kurā piedalījās ne tikai supi un viņu saimnieki, bet arī pārējie ģimenes locekļi. Viņa atzinīgi

Vārdadiena, 26.maijs

Edwards, Edvarts, Varijs

LTV 1	<p>5.20 "Nacionālie dārgumi. 100g kultūras". Atk. 6.00 "Latvijas valsts himna". 6.03 "Kas te? Es te!" Raid. bērniem. Atk. 6.30 "Animācijas seriāli". 9.00 "Tutas lietas 13". Raid. 9.10 "Literatūre. Sākumskola". Atk. 9.30 "Zīmē kopā ar Vilu! 2". Raidījums bērniem. 9.40 "Animācijas seriāli". 10.00 "Lācīts Bo brīvdienās". Gimenes filma. 11.05 "Sirmais. Kulta ēdieni". Atk. 12.00 "Dievkalpojums Ogres Svetās Trīsvienības baptistu baznīcā". 13.00 "Lielās patiesības". 13.30 "Virs manis ir debesis. Lāsma Kugrēna". Dok. filma. 14.25 "Ķepa uz sirds". Atk. 14.55 "Province". Atk. 15.25 "Latvijas sirdsdziesma". Atk. 16.25 "Daudz laimes, jubilāt!" Atk.</p>	<p>9.00 "Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Pusfināls". Atk. 11.00 "Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Spēļu apskats". Atk. 11.45 "Neprāta cena". Seriāls. 13.30 "Latvijas Basketbola līgas fināls". Tiešr.</p> <p>15.50 "Aculiecinieks". Atk. 16.10 "Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Spēle par 3.vietu". Tiešraide. 18.55 "Deivids Roko gatavo mājās". Dok. filmu cikls.</p> <p>19.40 "Grāntcesterā". Detektīvseriāls. 20.30 "Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Studija". 21.10 "Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Finałs". Tiešr. 0.15 "Arga Kristi. Eriks Puaro 13". Seriāls.</p> <p>1.50 "Sporta studija. Aizkulīses". Atk. 2.50 "Ielas galumā". Atk. 3.45 "Vides fakti". Atk. 4.15 "Sporta studija". Atk.</p> <p>17.05 "Kultūrdeva". 18.00 "Dienas ziņas". 18.25 "Vasaras Maltā". Melodrāma. 20.00 "Panorama". 20.14 "De facto". 21.05 "Nozegumi Ķelnē". Nekad bez manis". Seriāls.</p> <p>22.35 "Klavierskoltāja". Drāma.</p> <p>0.50 "Džungļu likums". Drāma.</p> <p>2.20 "Pasaules panorāma". Raid. par ārpolitiku. Atk.</p> <p>2.50 "Sapnis par pili. Hercogs Imants". Atk.</p> <p>3.45 "Kultūrdeva". Atk.</p> <p>4.40 "Nacionālie dārgumi. 100 g kulturas". Atk.</p>	<p>6.30 "Kontakts kopā ar dokto- ru Čārlzu Stenliju 2". 6.55 "Rō neteikl 2". 7.20 "Sāpnu māja. Jaunz- lānde 4". Realitātes seriāls.</p> <p>8.20 "Iērc mazāk, dzīvo la- bāk!" Izklaidējošs raid. 9.30 "Dzīvīte brīvdienā 10". 10.00 'Biznesa attīstība 4". Informatīvs raid.</p> <p>10.35 "15 minūtes virtuve ar Džeimiju Oliveru". Kulinārijas raid.</p> <p>11.05 "Haosa karalienes. Katram risinājumam ir problēma". Komēdija. 13.00 "Mīklainās misterijas. Magiskā siepkavība". Detektīvfilma.</p> <p>14.55 "Dzeina Eira". Drāma. 17.10 "Divas biletēs uz paradizi". Romantiska komēdija.</p> <p>19.05 "Pazudis un atrasts Romā". Melodrāma. 21.00 "Zem klāja 10". Realitātes šovs.</p> <p>22.00 "Nozieguma vieta: Dort- mundē. Kolaps". Detektīvfilma.</p> <p>23.50 "Milestība Mauricijā". Romantiska komēdija. 1.45 "Sekss un lielplīsēta 2". Komēdija.</p> <p>10.00 "Superbingo". 11.15 "Lauku dzīves piezīmes 2". Realitātes šovs.</p> <p>12.15 "Milestības garšvielas". Romantiska komēdija.</p> <p>14.10 "Krūdu 2. Jautna ēra". Anim. filma.</p> <p>16.05 "Krāpšanas ilūzija". Piedzīvojumu trilleris.</p> <p>18.20 "Zinātnes liešķe nosle- puni". Dok. seriāls.</p> <p>19.30 "TV3 zinās svētdienā". 19.40 "Nekā personīga". 20.30 "Aplaupišana vētras laikā". Kriminātrilleris.</p> <p>22.35 "Bez liecmiekkiem". Spraga sižeta filma.</p> <p>0.45 "Matrikss". Fantastikas filma.</p> <p>3.20 "Kobra 11-14". Seriāls.</p> <p>4.20 "UgunsGrēks 17". Seriāls.</p>
LTV 7	<p>5.00 "Aizliegtais panjemis". Atk.</p> <p>6.00 "Latvijas valsts himna". Atk.</p> <p>6.30 "Ielās garumā". Atk.</p> <p>7.00 "Globalizācija un mēs". Deutsche Welle žurnāls".</p> <p>7.30 "Ražotis Vācijā. Deutsche Welle žurnāls".</p> <p>8.00 "Izzini pasaulli!" Dok.</p>	<p>7.00 "Prezes</p>	

Pirndiena, 20.maijs

Vārdadienu svīn: Salvis,
Selva, Venta

Sestdiena, 25.maijs

Vārdadienu svīn:
Anšlavs, Junora

LTV 1

14.45 "Sporta studija.
Aizkulisēs". Atk.

15.45 "Labakais no Euromaxx.
Deutsche Welle žurnāls".

16.15 "Mazo dzīvnieku liele
celojumi". Dok.

17.10 "Pasaules meistrasacīkstes
filma".

18.45 "Acuļiecinieks". Atk.

19.55 "Šovakar. RUS.ISMV
ziņas".

20.40 "Tiekoties Latgalē!" Atk.

21.10 "Daudz laimes, jubilār!"
Seriāls.

22.50 "Lācara projekts".
Seriāls.

23.50 "Autoziņas 15".
0.20 "Nekā personīga". Atk.

1.05 "Kobra 11-13". Seriāls.

2.00 "Latvijas valsts himna".

3.00 "UgunsGrēks 17". Seriāls.

4.05 "Rita Pūnorānd".

5.00 "Miljonus vērti ipašumi".

6.00 "Latvijas valsts himna".

7.00 "Komsārs Reksis".

8.00 "Mēs ar brāli – kolosāli!"

9.00 "Es varu pats!"

10.00 "Brīvdienas sāks tagad!"

11.00 "Tikšanās vieta. Valmieras
novads".

12.00 "Pīte vienas uguns".

13.00 "Dzīvēšķi". Dok.

14.00 "Gādām ciemus!"

15.00 "Gādām ciemus!". Dok.

16.00 "Vīrieši". Dok.

17.00 "Vīrieši". Dok.

18.00 "Vīrieši". Dok.

19.00 "Vīrieši". Dok.

20.00 "Vīrieši". Dok.

21.00 "Vīrieši". Dok.

22.00 "Vīrieši". Dok.

23.00 "Vīrieši". Dok.

24.00 "Vīrieši". Dok.

25.00 "Vīrieši". Dok.

26.00 "Vīrieši". Dok.

27.00 "Vīrieši". Dok.

28.00 "Vīrieši". Dok.

29.00 "Vīrieši". Dok.

30.00 "Vīrieši". Dok.

31.00 "Vīrieši". Dok.

32.00 "Vīrieši". Dok.

33.00 "Vīrieši". Dok.

34.00 "Vīrieši". Dok.

35.00 "Vīrieši". Dok.

36.00 "Vīrieši". Dok.

37.00 "Vīrieši". Dok.

38.00 "Vīrieši". Dok.

39.00 "Vīrieši". Dok.

40.00 "Vīrieši". Dok.

41.00 "Vīrieši". Dok.

42.00 "Vīrieši". Dok.

43.00 "Vīrieši". Dok.

44.00 "Vīrieši". Dok.

45.00 "Vīrieši". Dok.

46.00 "Vīrieši". Dok.

47.00 "Vīrieši". Dok.

48.00 "Vīrieši". Dok.

49.00 "Vīrieši". Dok.

50.00 "Vīrieši". Dok.

51.00 "Vīrieši". Dok.

52.00 "Vīrieši". Dok.

53.00 "Vīrieši". Dok.

54.00 "Vīrieši". Dok.

55.00 "Vīrieši". Dok.

56.00 "Vīrieši". Dok.

57.00 "Vīrieši". Dok.

58.00 "Vīrieši". Dok.

59.00 "Vīrieši". Dok.

60.00 "Vīrieši". Dok.

61.00 "Vīrieši". Dok.

62.00 "Vīrieši". Dok.

63.00 "Vīrieši". Dok.

64.00 "Vīrieši". Dok.

65.00 "Vīrieši". Dok.

66.00 "Vīrieši". Dok.

67.00 "Vīrieši". Dok.

68.00 "Vīrieši". Dok.

69.00 "Vīrieši". Dok.

70.00 "Vīrieši". Dok.

71.00 "Vīrieši". Dok.

72.00 "Vīrieši". Dok.

73.00 "Vīrieši". Dok.

74.00 "Vīrieši". Dok.

75.00 "Vīrieši". Dok.

76.00 "Vīrieši". Dok.

77.00 "Vīrieši". Dok.

78.00 "Vīrieši". Dok.

79.00 "Vīrieši". Dok.

80.00 "Vīrieši". Dok.

81.00 "Vīrieši". Dok.

82.00 "Vīrieši". Dok.

83.00 "Vīrieši". Dok.

84.00 "Vīrieši". Dok.

85.00 "Vīrieši". Dok.

86.00 "Vīrieši". Dok.

87.00 "Vīrieši". Dok.

88.00 "Vīrieši". Dok.

89.00 "Vīrieši". Dok.

90.00 "Vīrieši". Dok.

91.00 "Vīrieši". Dok.

92.00 "Vīrieši". Dok.

93.00 "Vīrieši". Dok.

94.00 "Vīrieši". Dok.

95.00 "Vīrieši". Dok.

96.00 "Vīrieši". Dok.

97.00 "Vīrieši". Dok.

98.00 "Vīrieši". Dok.

99.00 "Vīrieši". Dok.

100.00 "Vīrieši". Dok.

101.00 "Vīrieši". Dok.

102.00 "Vīrieši". Dok.

103.00 "Vīrieši". Dok.

104.00 "Vīrieši". Dok.

105.00 "Vīrieši". Dok.

106.00 "Vīrieši". Dok.

107.00 "Vīrieši". Dok.

108.00 "Vīrieši". Dok.

109.00 "Vīrieši". Dok.

110.00 "Vīrieši". Dok.

111.00 "Vīrieši". Dok.

112.00 "Vīrieši". Dok.

113.00 "Vīrieši". Dok.

114.00 "Vīrieši". Dok.

115.00 "Vīrieši". Dok.

116.00 "Vīrieši". Dok.

117.00 "Vīrieši". Dok.

118.00 "Vīrieši". Dok.

119.00 "Vīrieši". Dok.

120.00 "Vīrieši". Dok.

121.00 "Vīrieši". Dok.

122.00 "Vīrieši". Dok.

123.00 "Vīrieši". Dok.

124.00 "Vīrieši". Dok.

125.00 "Vīrieši". Dok.

126.00 "Vīrieši". Dok.

127.00 "Vīrieši". Dok.

128.00 "Vīrieši". Dok.

129.00 "Vīrieši". Dok.

130.00 "Vīrieši". Dok.

131.00 "Vīrieši". Dok.

132.00 "Vīrieši". Dok.

133.00 "Vīrieši". Dok.

134.00 "Vīrieši". Dok.

135.00 "Vīrieši". Dok.

136.00 "Vīrieši". Dok.

137.00 "Vīrieši". Dok.

Piektdiena, 24.maijs

Vārdadienu svīn: Ilvja, Marlēna, Ziedone

Otrdiena, 21.maijs

Vārdadienu svīn: Ernestīne, Ingmārs, Akvelīna

LTV 1	16.30 "Pie stūres, Deutsche Welle žurnāls". 5.05 "Kultūrdeva". Atk. 6.00 "Latvijas valsts himna". 6.02 "Ceturtdiņa studija". Atk. 6.30 "Rita Panorāma". 8.35 "Divi vienā 2". Seriāls. 9.30 "Solijums". Seriāls. 10.25 "Medmāsa Betja 9". Seriāls. 11.10 "Kultūrdeva". Atk. 12.05 "V.I.P.– Veiksmes Intūcija. Prāts". Atk. 12.50 "Zalgalvis". Atk. 13.10 "Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas". Atk. 13.20 "Kas noteik Latvijā?" Atk. 14.50 "Šodienas jaunājums". Atk. 15.10 "Krustpunktā". 16.05 "Solijums". Seriāls. 17.05 "Divi vienā 2". Seriāls. 18.45 "Adreses". Atk. 19.15 "Stenlijs Tuči. Itālijas garšas". Dok. filmu cikls. 20.00 "Panorāma". 20.50 "Kultūršoks". 21.05 "Daudz laimes, jubilār!" 21.45 "Viņpus paradizei 2". 22.40 "Nakts ziņas". 22.55 "Agata Kristi. Erklis Puaro 13". Seriāls. 0.30 "Dzivoklis". Seriāls. 2.25 "Pa pasaules glēznainākājam upēm 2". Dok. filmu cikls. 4.00 "Pasaules Panorāma". Atk. 4.45 "Kultūršoks". Atk.	8.20 "Mani remonta noteikumi 4". Realitātes šovs. 9.35 "UgunsGrēks 15". Seriāls. 11.55 "Vakanīpas pa lēto". 10.50 "Kulinārija radījums". 12.05 "Milestība bez receptes". Iepazīšanas šovs. 13.05 "Šētu gaidījāt?" Kulinārija raidījums. 14.00 "Latvijas Basketbola līgas fināls". Tieši. Seriāls. 21.00 "Gsovakar. RUS.LSM.LV zīnas". 21.30 "Grānticestera". 22.00 "Sāpes un slava". Drāma. 0.15 "Kriminālīeta iestācējam". Daudzseriju krimināldrāma. 2.05 "Pasaules nacionālie parki. Deutsche Welle žurnāls". 3.35 "Zagalvis". Atk. 3.50 "Tel Latvijas raidījums". 4.45 "Sporta studija". Atk. 5.00 "Animācijas seriāls". 5.20 "Zebra 8". 5.35 "Nujorkas karalis 8". Komēdijseriāls. 6.25 "900 sekundes". Seriāls. 8.45 "Eiņšteins". Seriāls. 9.45 "Skolotājs 7". Seriāls. 10.50 "Mani virtuves noslēpumi 12". Realitātes seriāls. 12.20 "Ko neteikt 2". Izkl. raid. 2.25 "Pa pasaules glēznainākājam upēm 2". Dok. filmu cikls. 4.00 "Pasaules Panorāma". Atk. 4.45 "Kultūršoks". Atk.	9.15 "Regionālās televizijas piedāvā". 10.15 "Manas bērnības atminas". 10.50 "Latvijas valsts himna". Lejaskurzemē". 12.05 "Milestība bez receptes". Iepazīšanas šovs. 13.05 "Šētu gaidījāt?" Kulinārija raidījums. 14.00 "Latvijas Basketbola līgas fināls". Tieši. Seriāls. 21.00 "Gsovakar. RUS.LSM.LV zīnas". 21.30 "Grānticestera". 22.00 "Sāpes un slava". Drāma. 0.15 "Kriminālīeta iestācējam". Daudzseriju krimināldrāma. 2.05 "Pasaules nacionālie parki. Deutsche Welle žurnāls". 3.35 "Zagalvis". Atk. 3.50 "Tel Latvijas raidījums". 4.45 "Sporta studija". Atk. 5.00 "Animācijas seriāls". 5.20 "Zebra 8". 5.35 "Nujorkas karalis 8". Komēdijseriāls. 6.25 "900 sekundes". Seriāls. 8.45 "Eiņšteins". Seriāls. 9.45 "Skolotājs 7". Seriāls. 10.50 "Mani virtuves noslēpumi 12". Realitātes seriāls. 12.20 "Ko neteikt 2". Izkl. raid. 2.25 "Pa pasaules glēznainākājam upēm 2". Dok. filmu cikls. 4.00 "Pasaules Panorāma". Atk. 4.45 "Kultūršoks". Atk.	8.20 "Mani remonta noteikumi 4". Realitātes šovs. 9.35 "UgunsGrēks 15". Seriāls. 11.55 "Vakanīpas pa lēto". 10.50 "Kulinārija radījums". 12.05 "Milestība bez receptes". Iepazīšanas šovs. 13.05 "Šētu gaidījāt?" Kulinārija raidījums. 14.00 "Latvijas Basketbola līgas fināls". Tieši. Seriāls. 21.00 "Gsovakar. RUS.LSM.LV zīnas". 21.30 "Grānticestera". 22.00 "Sāpes un slava". Drāma. 0.15 "Kriminālīeta iestācējam". Daudzseriju krimināldrāma. 2.05 "Pasaules nacionālie parki. Deutsche Welle žurnāls". 3.35 "Zagalvis". Atk. 3.50 "Tel Latvijas raidījums". 4.45 "Sporta studija". Atk. 5.00 "Animācijas seriāls". 5.20 "Zebra 8". 5.35 "Nujorkas karalis 8". Komēdijseriāls. 6.25 "900 sekundes". Seriāls. 8.45 "Eiņšteins". Seriāls. 9.45 "Skolotājs 7". Seriāls. 10.50 "Mani virtuves noslēpumi 12". Realitātes seriāls. 12.20 "Ko neteikt 2". Izkl. raid. 2.25 "Pa pasaules glēznainākājam upēm 2". Dok. filmu cikls. 4.00 "Pasaules Panorāma". Atk. 4.45 "Kultūršoks". Atk.
LTV 7	5.00 "Aizliegtais paņēmīns". Atk.	5.00 "Aizliegtais paņēmīns". Atk.	5.00 "Aizliegtais paņēmīns". Atk.	
TV24	10.15 "Rūgtās izvēles". Seriāls. 11.15 "Jevainotie putni". Seriāls. 12.05 "Mājiņu sarunas kopā ar hokejā". Studija". 13.05 "Šētu gaidījāt?" Kulinārija raidījums. 14.00 "Šķērsgājiņi". Seriāls. 15.00 "ReTV zīnas trijos". Seriāls. 16.00 "Tiksimies stacijā!". Seriāls. 17.00 "Mežaveča emūāri". Seriāls. 18.00 "Mēs darām tā". Seriāls. 19.00 "Mājiņu sarunas kopā ar hokejā". Studija". 20.00 "ReTV zīnas septiņos". Seriāls. 21.00 "Viltus bildinājums". Seriāls. 22.00 "Romantiska komēdia". Seriāls. 23.00 "Trītāja". Seriāls. 24.00 "Zvani manam aģentam!". Seriāls. 25.00 "Vītņu zījas". Seriāls. 26.00 "Spēju apskats". Seriāls. 27.00 "Tiešraide". Seriāls. 28.00 "Atriebības gūstā". Seriāls. 29.00 "Izmeklēšanas profils 4". Seriāls. 30.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā". Ziemeļstārīga – Slovākija". Seriāls. 31.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 32.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 33.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 34.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 35.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 36.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 37.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 38.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 39.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 40.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 41.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 42.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 43.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 44.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 45.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 46.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 47.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 48.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 49.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 50.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 51.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 52.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 53.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 54.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 55.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 56.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 57.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 58.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 59.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 60.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 61.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 62.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 63.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 64.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 65.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 66.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 67.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 68.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 69.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 70.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 71.00 "Pasaules meistarsaciņstes hokejā. Spēju apskats". Seriāls. 72.00 "Pasaules meistarsaci			

Trēšdiena, 22.maijs

Vārdadienu svīn: Emīlija, visu kalendāros neierakstīto vārdu diena

LTV 1	ReTV
5.05 "Ziemeļu puse, Kina". Atk.	14.55 "Eiropa fokusā. Deutsche Welle žurnāls".
6.00 "Latvijas valsts himna". Dok. filmu cikls.	15.25 "Nepatiessi apsūdzētie".
6.02 "Ceturta studija". Atk.	6.00 "Rūgtās izvēles". Seriāls.
6.30 "Rita Panorāma". parki. Deutsche Welle	6.02 "Ceturta studija". Atk.
8.35 "Milas viesulis 19". Seriāls. Žurnāls".	6.20 "Dainis, Roko gatavo mājas". Dok. filmu cikls.
9.30 "Soliņums". Seriāls. Detektīvseriāls.	6.25 "Mežavece emuāri".
10.25 "Medmāsa Betija 9". Seriāls.	6.50 "Mārī un sēā".
11.10 "Vāsara Krētā". Metodrama.	7.15 "Manas bērnības atmiņas".
12.45 "Sirmais, kulta ēdiens 2". Atk.	7.45 "Vērtīgi zināt".
13.45 "Telas garumā". Atk.	8.15 "Spied ar Delfi". Atk.
14.15 "De facto". Atk.	9.00 "Skats no Ventspils".
14.50 "Šodienas jautājums". Atk.	13.05 "Šefu gaidīj?" Kulinārijas ziņas".
15.10 "Krustpunktā".	19.30 "Acuilecnieks". Atk.
16.10 "Soliņums". Seriāls.	19.45 "Latvijas Basketbola līgas fināls". Tieši.
17.10 "Milas viesulis 19". Seriāls.	22.05 "Sporta studija".
18.00 "Dienas zīnas".	0.35 "Nozīgumi Kelnē. Gūstā". Seriāls.
18.56 "Ceturta studija".	0.35 "Europa fokusā. Aizkulīses".
19.30 "Pasaules panorāma". Raid. ar āpolitiku.	23.05 "Nozīgumi Kelnē. Gūstā". Seriāls.
20.00 "Panorāma".	1.05 "LV jaunatklāšanas raidījums Tei". Atk.
20.37 "Šodienas jautājums".	2.05 "Personība, 100g kultūras". Atk.
21.05 "Latvijas Loto izlozes". Prāts". Atk.	3.00 "Zīņu zīnē". Atk.
21.15 "Kas notiek Latvijā?".	4.45 "V.I.P. - Veksme. Intuīcija".
22.45 "Nākts ziņas".	21.00 "27 stundu diena".
23.00 "Lielās patiesības". Atk.	23.00 "Tirītāja". Seriāls.
23.30 "Šodienas jautājums".	24.00 "Zvani manam aģentam!".
0.25 "Ielas garumā". Atk.	24.00 "Zvani manam aģentam!".
0.55 "Aizliegtais panēmēns". Atk.	24.00 "Zvani manam aģentam!".
1.55 "Latvijas sīsdzīvesma". Atk.	24.00 "Zvani manam aģentam!".
2.55 "Ceturta studija". Atk.	24.00 "Zvani manam aģentam!".
3.25 "Klase". Atk.	24.00 "Zvani manam aģentam!".
3.50 "Personība".	24.00 "Zvani manam aģentam!".
10.0 g kultūras". Atk.	24.00 "Zvani manam aģentam!".
LTV 7	
5.00 "Aizliegtais panēmēns". Atk.	6.00 "Animācijas seriāli".
6.00 "Latvijas valsts himna". Seriāls.	5.35 "Nujorkas karalis 8".
6.02 "Izzīpas impuls". Atk.	6.25 "900 sekundes".
6.30 "Projekts Deutsche Welle žurnāls".	8.45 "Einsteins". Seriāls.
7.00 "Engelju māja". Seriāls.	9.30 "Dienas personība".
8.00 "LV jaunatklāšanas raidījums Tei". Atk.	10.00 "Vērtējam darbus un solījumus. Migrācija – ekonomikas dzīnulis vai bību Ukrainā". Atk.
9.00 "Pasaules meistarīgākstes hokeja. Somija – Šveice".	12.30 "Ko neteikt 2". Izklaidejoss raidījums. Izklaidejoss raidījums. Atk.
11.00 "Pasaules meistarīgākstes hokeja. Spēļu apskats".	12.40 "Istā vieta, istais mājoklis 24". Realitātes seriāls.
12.36 "Medmāsa Betija 9". Seriāls.	13.40 "Krietnie zagli. Izpirkšana". Seriāls.
13.25 "Ceturta studija". Atk.	14.40 "Neatrisinātās lietas 4". Vācijas seriāls.
13.55 "Globalizācija un mēs. Deutsche Welle žurnāls".	15.40 "Pilnīgi prestatī". Seriāls.
14.25 "Ražots Vācijā. Deutsche Welle žurnāls".	16.50 "Mūnsās aizstāvība 3". Seriāls.
TV 3	
14.55 "Eiropa fokusā. Deutsche Welle žurnāls".	15.00 "Projekts Nākotne. Komēdijseriāls".
15.25 "Nepatiessi apsūdzētie".	15.30 "Latvijas žurnāls".
16.00 "Rūgtās izvēles". Seriāls.	16.00 "ReTV zīnas trijos".
16.20 "Dainis, Roko gatavo mājas". Dok. filmu cikls.	16.30 "Latvijas stāsti".
16.30 "Rita Panorāma". parki. Deutsche Welle	17.00 "Atriebības gūstā".
17.10 "Milas viesulis 19". Seriāls. Žurnāls".	17.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
18.00 "Dienas zīnas".	18.15 "Nākamais, lūdzui".
18.56 "Ceturta studija".	19.00 "ReTV zīnas septīnos".
19.30 "Pasaules panorāma".	19.15 "Autodroms".
20.00 "Panorāma".	19.50 "Mežavece emuāri".
20.37 "Šodienas jautājums".	20.25 "Bīrvīdienas sākas tagad!".
21.05 "Latvijas Loto izlozes". Prāts". Atk.	21.00 "ReTV zīnas devījos".
21.15 "Kas notiek Latvijā?".	21.30 "Latvijas vēsturiskie novāri".
22.45 "Nākts ziņas".	22.40 "LV jaunatklāšanas raidījums Tei". Atk.
23.00 "Lielās patiesības". Atk.	23.00 "Personība, 100g kultūras". Atk.
23.30 "Šodienas jautājums".	24.00 "Tukši". Atk.
0.25 "Ielas garumā". Atk.	24.00 "Tukši". Atk.
0.55 "Aizliegtais panēmēns". Atk.	24.00 "Tukši". Atk.
1.55 "Latvijas sīsdzīvesma". Atk.	24.00 "Tukši". Atk.
2.55 "Ceturta studija". Atk.	24.00 "Tukši". Atk.
3.25 "Klase". Atk.	24.00 "Tukši". Atk.
3.50 "Personība".	24.00 "Tukši". Atk.
10.0 g kultūras". Atk.	24.00 "Tukši". Atk.
TV24	
14.00 "Animācijas seriāli".	14.00 "ReTV zīnas trijos".
15.00 "Kur tas suns aprakts?"	15.00 "ReTV zīnas trijos".
16.00 "Kur tas suns aprakts?"	16.00 "ReTV zīnas trijos".
17.00 "Vērtējam darbus un solījumus. Migrācija – ekonomikas dzīnulis vai bību Ukrainā". Atk.	17.00 "ReTV zīnas trijos".
18.00 "Uz līnijas". Atk.	18.00 "Uz līnijas". Atk.
19.00 "Uz līnijas". Atk.	19.00 "Uz līnijas". Atk.
20.00 "Preses klubī".	20.00 "Preses klubī".
20.45 "Degpunktā 14".	20.45 "Degpunktā 14".
21.10 "Trakie kaimiņi 2".	22.00 "Uz līnijas". Atk.
21.45 "Bezgalīgās debesis".	22.30 "Uz līnijas". Atk.
22.45 "CSI lasvegas 2". Seriāls.	23.00 "Preses klubī".
23.40 "Dzīves skola 2". Seriāls.	23.00 "Preses klubī".
1.50 "Kobra 11-12". Seriāls.	23.00 "Preses klubī".
1.50 "Kobra 11-13". Seriāls.	23.00 "Preses klubī".
1.55 "Kobra 11-14". Seriāls.	23.00 "Preses klubī".
1.55 "Zālgalvīš". Atk.	23.00 "Preses klubī".
13.00 "Medmāsa Betija 9".	23.00 "Preses klubī".
13.50 "Ceturta studija". Atk.	23.00 "Preses klubī".
14.05 "Ceturta studija". Atk.	23.00 "Preses klubī".
TV3 Life	
5.00 "Vīnas melo labāk 2".	5.30 "Ticīgo uzvaras balss". Kristīgā programma.
6.00 "Rūgtās izvēles". Seriāls.	6.00 "Rūgtās izvēles". Seriāls.
6.30 "Mīlestības pavediens". Seriāls.	6.30 "Mīlestības pavediens". Seriāls.
7.25 "Ievainotie putni". Seriāls.	7.25 "Ievainotie putni". Seriāls.
8.20 "Mani remonta noteikumi".	8.20 "Mani remonta noteikumi".
8.35 "Milas viesulis 19". Seriāls.	8.35 "Milas viesulis 19". Seriāls.
9.30 "Soliņums". Seriāls.	9.30 "Soliņums". Seriāls.
10.25 "Medmāsa Betija 9".	10.25 "Medmāsa Betija 9".
11.10 "Vāsara Krētā".	11.10 "Vāsara Krētā".
12.45 "Sirmais, kulta ēdiens 2".	12.45 "Sirmais, kulta ēdiens 2".
13.45 "Telas garumā". Atk.	13.45 "Telas garumā". Atk.
14.15 "De facto". Atk.	14.15 "De facto". Atk.
14.50 "Šodienas jautājums".	14.50 "Šodienas jautājums".
15.10 "Krustpunktā".	15.10 "Krustpunktā".
16.10 "Soliņums". Seriāls.	16.10 "Soliņums". Seriāls.
17.10 "Milas viesulis 19". Seriāls.	17.10 "Milas viesulis 19". Seriāls.
18.00 "Dienas zīnas".	18.00 "Dienas zīnas".
18.56 "Ceturta studija".	18.56 "Ceturta studija".
19.30 "Pasaules panorāma".	19.30 "Pasaules panorāma".
20.00 "Panorāma".	20.00 "Panorāma".
20.37 "Šodienas jautājums".	20.37 "Šodienas jautājums".
21.05 "Latvijas Loto izlozes".	21.05 "Latvijas Loto izlozes".
21.15 "Kas notiek Latvijā?".	21.15 "Kas notiek Latvijā?".
22.45 "Nākts ziņas".	22.45 "Nākts ziņas".
23.00 "Lielās patiesības".	23.00 "Lielās patiesības".
23.30 "Šodienas jautājums".	23.30 "Šodienas jautājums".
0.25 "Ielas garumā".	0.25 "Ielas garumā".
0.55 "Aizliegtais panēmēns".	0.55 "Aizliegtais panēmēns".
1.55 "Latvijas sīsdzīvesma".	1.55 "Latvijas sīsdzīvesma".
2.55 "Ceturta studija".	2.55 "Ceturta studija".
3.25 "Klase".	3.25 "Klase".
3.50 "Personība".	3.50 "Personība".
10.0 g kultūras".	10.0 g kultūras".
TV 3	
5.00 "Animācijas seriāli".	5.00 "Animācijas seriāli".
5.35 "Nujorkas karalis 8".	5.35 "Nujorkas karalis 8".
6.25 "900 sekundes".	6.25 "900 sekundes".
8.45 "Einsteins". Seriāls.	8.45 "Einsteins". Seriāls.
9.30 "Dienas personība".	9.30 "Dienas personība".
10.00 "Vērtējam darbus un solījumus. Migrācija – ekonomikas dzīnulis vai bību Ukrainā".	10.00 "Vērtējam darbus un solījumus. Migrācija – ekonomikas dzīnulis vai bību Ukrainā".
12.30 "Ko neteikt 2".	12.30 "Ko neteikt 2".
13.40 "Krietnie zagli. Izpirkšana".	13.40 "Krietnie zagli. Izpirkšana".
14.40 "Neatrisinātās lietas 4". Vācijas seriāls.	14.40 "Neatrisinātās lietas 4". Vācijas seriāls.
15.40 "Pilnīgi prestatī". Seriāls.	15.40 "Pilnīgi prestatī". Seriāls.
16.50 "Mūnsās aizstāvība 3". Seriāls.	16.50 "Mūnsās aizstāvība 3". Seriāls.
17.30 "Zīpu Top".	17.30 "Zīpu Top".
18.30 "Uz līnijas".	18.30 "Uz līnijas".
19.00 "Uz līnijas". Atk.	19.00 "Uz līnijas". Atk.
20.00 "Uz līnijas". Atk.	20.00 "Uz līnijas". Atk.
20.45 "Degpunktā 14".	20.45 "Degpunktā 14".
21.10 "Trakie kaimiņi 2".	21.10 "Trakie kaimiņi 2".
21.45 "Bezgalīgās debesis".	21.45 "Bezgalīgās debesis".
22.45 "CSI lasvegas 2". Seriāls.	22.45 "CSI lasvegas 2". Seriāls.
23.40 "Dzīves skola 2". Seriāls.	23.40 "Dzīves skola 2". Seriāls.
1.50 "Kobra 11-12". Seriāls.	1.50 "Kobra 11-12". Seriāls.
1.50 "Kobra 11-13". Seriāls.	1.50 "Kobra 11-13". Seriāls.
1.55 "Kobra 11-14". Seriāls.	1.55 "Kobra 11-14". Seriāls.
1.55 "Zālgalvīš". Atk.	1.55 "Zālgalvīš". Atk.
13.00 "Medmāsa Betija 9".	13.00 "Medmāsa Betija 9".
13.50 "Ceturta studija". Atk.	13.50 "Ceturta studija". Atk.
14.05 "Ceturta studija". Atk.	14.05 "Ceturta studija". Atk.
TV3 Life	
5.00 "Vīnas melo labāk 2".	5.00 "Vīnas melo labāk 2".
6.00 "Rūgtās izvēles". Seriāls.	6.00 "Rūgtās izvēles". Seriāls.
6.30 "Mīlestības pavediens". Seriāls.	6.30 "Mīlestības pavediens". Seriāls.
7.25 "Ievainotie putni". Seriāls.	7.25 "Ievainotie putni". Seriāls.
8.20 "Mani remonta noteikumi".	8.20 "Mani remonta noteikumi".
8.35 "Milas viesulis 19". Seriāls.	8.35 "Milas viesulis 19". Seriāls.
9.30 "Soliņums". Seriāls.	9.30 "Soliņums". Seriāls.
10	

gstāko līgu



CILVĒK ZINAS

Esam kļuvuši daudz stiprāki, jo neesam vieni

4.maijā Latvijā un citviet pasaulē tika svinēta Latvijas Republikas Neatkarības atjaunošanas deklarācijas pasludināšanas 34.gadadiena. 1990.gada 4.maijā 138 no 201 Augstākās padomes deputātiem pieņēma deklarāciju "Par Latvijas Republikas neatkarības atjaunošanu".

Ikvienas mūsu atbildība ir sargāt un rūpēties par Latvijas drošību, tāpēc arī tehnikas izstādē Rēzeknē varēja redzēt gan Latvijas, gan NATO sabiedroto spēku dažādas tehnikas vienības. To aplūkot devās ikviens šīs pilsētas iedzīvotājs un viesis, tostarp daudzi balvenieši. Dainis Maslovskis un Skaidrīte Gugāne, kuri ik gadu cenšas apmeklēt 4.maija militārās parades, atzīst, ka ikviens karavīrs, kurš šobrīd atrodas gan profesionālajā dienestā, gan Zemessardzē, tur ir augtāku mērķu vadīts – viņi visi ir pašaizliezīgi, drosmīgi, taisnīgi, izturas ar ciepu pret citiem, ir uzticami domās, vārdos un darbos savai valstij un mīl savu ģimeni un zemi.



Tehnikas izstādē. Stāvlaukumā pie Rēzeknes Kultūras nama bija novietotas dažādas militārās tehnikas vienības, kuras interesenti varēja apskatīt kā no ārpuses, tā iekšpusē. Visu izzināt un noskaidrot sev interesējošo varēja pie katras tehnikas vienības norikotajiem karavīriem.

Pirmā gada jubileja nosvinēta. Laukuma "Vilku ieleja" pirmajā jubilejā pulcējās visuzticamākie atbalstītāji. Taču laukuma izveidotāji izaugs, ka uz apmācībām, kā arī ikdienā te gaidīts ikviens balvenietis un apkārtnei iedzīvotājs kopā ar savu četrkājaino draugu.



Uzvarētāja saņem balvu. Jau vairākus mēnešus kinologa O.Aleksejeva vadībā laukumā notiek nosework (meklēšana ar ožas palīdzību) treniņi. Jubilejas pasākuma sacensībās ar uzrādīto laiku – 3,27 sekundes – vienā no kartona kastēm paslēpto burciņu ar kanēla standzinām visātrāk atrada balvenietes Zaigas Lāpānes četrkājainā mīlule Šanele: "Nosework nodarībās mums veicas diezgan labi. Taču, jo vairāk mācāmies, jo atklājas vairāk dažādu nianšu. Manuprāt, esmu iemācījusies labāk saprast savu suni. Mana Šanele ir ļoti strauja, laikam tādēļ mums izdevās kanēli atrast tik ātri." Zaiga sev mazliet pārmet, ka nestrādā ar suni katu dienu, bet tikai divas, trīs reizes nedēļā. Savukārt jubilejā Šaneles saimniece visiem suņu apmācību dalībniekiem novēl, lai nenoplok tas entuziasms, ar kādu šis darbs ir iesākts: "Lai rodas jaunas idejas un jaunas iespējas! Lai šī foršā lieta attīstās un neizčākst! Jo ir tik forši redzēt, kā tavs dzīvnieks attīstās, kā es iemācījies viņu saprast. ļoti gribētos, lai viss turpinās, bet viss ir atkarīgs tikai no mums pašiem."

Šusteru ģimene no Bērzpils. Baiba stāsta, ka paņemt vācu aitu suni bija pārdomāts ģimenes lēmums, tādēļ kucītes apmācībai pievēras nopietni. Hannas saimnieki ļoti apzinīgi uztver arī suņa barošanu. Tā kā ikdienā kucīte pie našķiem tiek reti, apmācībās kā apbalvojumu visbiežāk izmanto sieru, kas viņai ļoti garšo. "Dzimšanas dienas pasākumā Hannai izdevās nogaršot pat šašlika un desīņas gabaliņus," smej četrkājainā drauga īpašniece.

vērtē laukuma infrastruktūru, nemit vērā, ka tas izveidots pašu spēkiem. "Gribētos lielāku pašvaldības atbalstu, kaut vai zemes nodokļa atlaides veidā. Šis laukums taču arī popularizē Balvu tēlu, jo to apmeklē citu novadu iedzīvotāji," jerosina Viktorija. Viņa pārliecītā, ka ar kinologu balveniešiem ir paveicies: "Oļegs ir ļoti godrs un labs speciālists. Viņš ir kā



staigājoša enciklopēdija." Jubilejā suņu saimniekiem Viktorija novel: "Pievienojieties mūsu kompānijai! Būsiem vienmēr laipni gaidīti neatkarīgi no suņa izmēra, šķirnes, vecuma vai to skaita! Galvenais, ka gribat attīstīties, piedalīties un komunicēt! Biedribai novēlu attīstīties un varbūt realizēt vēl kādu projektu! Oļegam novēlu veselību, izturību un foršus suņu saimniekus!"

Brīvbrīdi sagatavoja I.Tušinska



Ar Kanādas bruņoto spēku karavīriem. Ľoti toleranti un laipni bija arī sabiedroto armiju karavīri, piemēram, kanādieši, kuri labprāt atlāvanofotografēties kopā. Savukārt sviningajā parādē varēja vērot dažādus Latvijas armijas sabiedroto vienību karogu vadus. Tajos lielākoties ir NATO paplašinātās klātbūtnes Latvijā kaujas grupas, kuras sastāvā ir 11 valstis.

NEDEĻAS CITĀTS

"Lai smieklu ir vairāk nekā asaru. Lai aizkustīnājuma vairāk nekā rūpju. Un jo īpaši šodien – lai lepnuma vairāk nekā pieticibas. Lepnuma par mūsu sarkanbaltsarkano karogu, lepnuma par mūsu zemi un mūsu Latvijas cilvēkiem!"

/Valsts prezidenta Edgara Rinkēviča apsveikums iedzīvotājiem Latvijas Republikas Neatkarības atjaunošanas 34.gadadienā/

Redakcija atvainojas visiem, kurus "Cilvēkzinās" aizvainojušas vai aizvainos

Apsveicam!

Tieši gadu pēc bildinājuma svin kāzas

20.aprīlī Viļakas Vissvētās Jēzus Sirds Romas katoļu baznīcā laulību gredzenus mija un viens otram ‘jā’ vārdu teica šķilbēniete AGNESE RAZMINOVIČA un briežciemietis ARTŪRS KONIŠEVS. Jauno pāri salaulāja priesteris Guntars Skutels, savukārt dzīvē ievadīja liecinieki – Artūra vecākā māsa Sandra ar vīru Gunti.

Agneses un Artūras dzīves ceļi liktenīgi krustojās 2019.gadā Baltinavā. Bija novembris, un Baltinavā notika balle, kuras laikā Artūrs uzaicināja simpātisko meiteni uz deju. “Dejojām, runājāmies un sapratām, ka mums daudz kas ir kopīgs. Pēc tam sazinājāmies arī ikdienā un tikāmies citās ballēs, jo Artūrs tajā laikā jau dzīvoja Rīgā un uz šo pusi brauca retāk. Savukārt es tobrīd dzīvoju Šķilbēnu pagastā, tādēļ satikties varējām tikai ballēs,” par iepazīšanos ar topošo vīru stāsta Agnese. Pēc kāda laika Artūrs uzaicināja Agnesi uz pirmo randīnu, kuru pavadija pastaigājoties un ēdot saldējumu Balkanu kalnos. Savukārt pēc vairākiem kopīgiem randīniem jaunieši sāka veidot attiecības, uzsāka kopdzīvi un tad 2023. gada 16.aprīli jūras krastā sekoja bildinājums. Agnese teica ‘jā’ vārdu, un tieši pēc gada viņi jau svinēja kāzas.

Kāzu dienas rīts 20.aprīlī iesākās mierīgi, bez lieka stresa. Jaunlaulātie tika sapucēti gādigu meistaru rokās un katrs atsevišķi devās uz baznīcu Viļakā. Pie altāra Artūrs ar saviem vecākiem gaidīja Agnesi, kuru baznīcā ieveda viņas vecāki. Jaunlaulātie atminas, ka pirmajā brīdī bija neliels uztraukums, kas izgaisa brīdi, kad viņi ieraudzīja viens otru. “Pēc svinīgās laulību ceremonijas devāmies piekarināt atslēgu netālu no Viļakas baznīcas un tad mazā kāzu dienas ceļojumā, pēc kura vakarā ciemiņi mūs sagaidīja viesu namā. Protams, kā jau kāzās, šajā dienā neizpalika arī līgavas zagšana, tradīcijas, izklaides, citas aktivitātes un dejas līdz pat rīta ausmai. Savukārt nākamajā dienā kāzu svinības turpinājās Artūra dzimtajās mājās Ploskenē,” pastāstīja Agnese un Artūrs.

Pēc kāzām jaunlaulāto dzīve atgriezusies ierastajā ritmā – abi turpina dzīvot dzīvoklī Rīgā, kuru pirms kāzām kopīgi iegādājās un izremontēja, un strādāt. Doties kāzu ceļojumā viņi pagaidām neplāno, bet atvainījumā iecerējuši doties nelielā atpūtā. Jautāti, kā jūtas tagad, kad uz pirksta ir laulību gredzens, Agnese un Artūrs pārliecinoši teic: “Brinišķīgas, jo beidzot esam vīrs un sieva!”



Jaundzimušie



**Mazuļa dzimumu
uzzina Polijā.**
29.aprīli pulksten 0.34 ģimenes dzem- dībās pasaulē nāca meitenīte. Svars – 3,640kg, garums 59cm. Meitenītes vecāki Krista Šnei- dere un Didzis Cī- rulis no Alūksnes stāsta, ka jaundzi- mušo mājās gaida lielā māsa Šarlote, kurai 11 gadi, un brālis Martins, kuram ir 5 gadi. “Gai- dot trešo bērniņu, man nebija īpašas vēlmes, ka gribu tie- ši puiku vai meitiņu. Taču nezin kādēl biju 100% pārlieci- nāta, ka būs puika. Martins gan ļoti ce- rēja uz brālīti, bet

Šarlote, protams, sapnoja par māsu,” stāsta Krista. Tiesa gan, gaidāmā mazuļa dzimumu ģimene uzzināja tikai 7.grūtniecības mēnesi, kad visi devās ceļojumā uz Zakopani Polijā. “Mana brāļa sieva mums noorganizēja gender (dzimuma noteikšanas) ballīti, kuras laikā spridzinājām balonus. Sākumā ar Didzi saspridzinājām sešus mazākus balonus un pārsteigtī secinājām, ka trīs ir zilā krāsā, trīs – rozā. Taču tas vēl nebija viss. Saspridzinot nākamo, varējām uzgavilēt, jo sapratām, ka būsim vecāki vēl vienai meitiņai. Lieki teikt, ka vislaimīgākā bija Šarlote, bet, protams, priecājās arī topošais tētis un pārējie. Tas bija foršs pārsteigums,” stāsta nu jau trīs bērnu mamma. Jautāti, kāds vārds izvēlēts jaundzimušajai, jaunie vecāki skaidro, ka meitiņu sauks par Kristenu. Izrādās, tā bija Kristas ideja, kas kādā jaukā dienā topošajai mammai iešāvās prātā. Pārējie ģimenes sapulcē šo izvēli akceptēja, līdz ar to cits vārda variants vairs nebija jādomā. Krista teic, ka medīku noliktais dzemādību datums bija 24.-25.aprīlis, bet viņa kļusībā cerēja, ka meitiņa nāks pasaulē 30.aprīli. Un tam ir savs iemesls. Protī, abi Kristas bērni piedzimuši 30.datumā – viens jūlijā, otrs septembrī. Jaunie vecāki cerēja, ka arī šoreiz atkārtosies tas pats scenārijs, taču Kristena ieradās šajā pasaulē 29.aprīli. “Bet vienalga esam priecīgi. Braucām dzemādīt uz Balviem, jo te jau viss zināms – nodalā skaista un ļoti labs personāls. Pirms pieciem gadiem šajā slimnīcas dzemādību nodalā pasaulē nāca Martins, tagad arī mūsu Kristena. Var teikt, ka viņa ir Balvos dzimusī alūksniete,” secīna jaunie vecāki.



**Ģimenes sa-
pulcē vienojas
– būs Oskars.**
29 . a p rīlī
pulksten 10.41
ģ im e n e s
dzemādībās pa-
saulē nāca pui-
ka. Svars –
3,770kg, ga-
rums 54cm.
Puisēna mam-
ma Sintija Vai-
vere un tētis
Namejs Pauga
no Alūksnes
stāsta, ka šis ir
viņu pirmais
bērniņš. “Jau
novembra vidū
uzzinājām, ka
būsim vecāki
pusītim, un,
protams, par

šo ziņu abi ļoti priecājāmies. Mums nebija tā, ka ļoti vēlējāmies puiku vai meitenīti, galvenais bija, lai bērniņš piedzimst sveiks un vesels,” stāsta jaunie vecāki. Viņi atklāj, ka jaundzimušais pie vārda tīcis tikai pāris nedēļas pirms nākšanas pasaulē. Vispirms Sintija un Namejs katrs uz savas lapiņas izrakstīja sev tīkamākos vārda variantus, tad abi skatījās tos, kuri sakrīt. “Bija tikai viens vārds, kurš sakrita mums abiem – Olivers. Vēl mūsu sarakstos bija Kristiāns, Matīss, Niks, Marks un Oskars. Lai arī sākumā vienīgais vārds, kas patika abiem, bija Olivers, beigās nolēmām, ka dēlu sauksim par Oskaru. Tas, mūsuprāt, ļoti specīgs un stiprs vārds,” ir pārliecināta Sintija. Viņa stāsta, ka medīku noliktais dzemādību datums bija 24.aprīlis, bet Oskars ar savu dzimšanu nesteidzās: “Somas bija saliktas, nekas cīts neatlika, kā gaidīt to dienu un stundu, kad būs jābrauc uz slimnīcu. Zinājām, ka dosimies uz Balviem, jo Balvi, pirmākā, tuvāk. Otrkārt, jums ir maza un omulīga slimnīca ar ļoti jauku personālu un attieksmi. Priecājāmies, ka dēls nāca pasaulē ģimenes dzemādībās. Namejs pārgrieza nabassaiti un bija mans lielais atbalsts gan pirms Oskara nākšanas pasaulē, gan pēc tam. Daudzi jautā, kam puika līdzīgs. Manuprāt, vēl grūti saprast, bet izskatās, ka laikam būs tēta dēls.”

Vēl dzimuši:

3.maijā pulksten 14.49 piedzima puika. Svars – 3,920kg, garums 56cm. Puisēna mamma Inese Logina dzīvo Balvu novada Vectilžas pagastā.

4.maijā pulksten 19.32 piedzima meitenīte. Svars – 3,490kg, garums 58cm. Meitenītes mamma Gunta Logina dzīvo Balvu novada Šķilbēnu pagastā.

Lappusi sagatavoja S.Karavočika

* Sākums 3.lpp.

Kur varētu atrasties jaunā katlumāja?

– Piemēram, aizaugušajā zemes gabalā netālu no automazgātavas Viļakas virzienā. Pagaidām tā ir tikai vīzija. Mēs arī tikām sekojuši jaunā Glābšanas dienesta ēkas izbūves plāniem un publiskajām apspriedēm. Pieļauju, ka cilvēkiem nekas jauns nepatik. Reiz bija kuriozs gadījums vienā citā apspriedē, kur gāja runa par ceļa asfaltēšanu, – ceļš tilķot asfaltētē, jo ir bedrains un putekļains, bet bija arī pretenzijas asfaltētam ceļam, jo tad ātri un skaļi braukās jaunieši. Domāju, ka neizpaliks neapmierinātība, uzzinot, ka, piemēram, plānojas katlumāja, tur atradīsies šķelda. Mūsu lielais uzdevums būtu pastāstīt, kādas ir modernas katlumājas. Tas nav monsrs, bet mazi un kompakti konteineri.

Vai 3-5 gadu laikā to varētu realizēt?

– Varētu, ja nebūs baigās pretestības. Apsolu, ka mēs virzīsimies uz savu mērķi.

No kā, Jūsuprāt, sagaidāma vislielākā pretestība?

– No iedzīvotājiem.

Lūk, Jums jau tagad ir iespēja uzrunāt iedzīvotājus!

– Par to domājam, lai nodrošinātu komfortu, lai nebūtu pārtraukumu, lai tarifs būtu lētāks. Atgādināšu, ka jaunās katlumājas ir automatizētas, tās mazāk tērē šķeldu. Turklat, ja vēl būs saules baterijas, kas sildīs ūdeni, nevis ražos tikai elektrību, tad mēs vēl mazāk patēriņšim ūdeni un nebūsim no tās tik atkarīgi. Protams, neceru, ka visi tic manam teiktajam, es arī vairs daudziem lozungiem neticu. Cilvēki pieraduši, ka, kaut ko atjaunojot vai būvējot, kaut kas noplēna, paliek bagāts, bet cilvēkiem izmaksas palielinās. Tur ir tā sāpe. Es neceru pārliecīnāt, bet mēs šo ceļu iesim. Mans uzdevums nav lēkt pār sevi vai kāpt kaut kādām galvām pāri... Es daru. Ja tauta negribēs, varam nedarīt. Atgādināšu, ka "Balvu Enerģija" ir no retajām katlumājām, kura vēl pastarpināti pieder tautai. Ceru, ka tā arī paliks turpmāk.

Vai vasarā būs pieejams karstais ūdens?

– Protams. Tiesa, iedzīvotājiem ir jāpaskaidro, ka "Balvu Enerģija" karsto ūdeni netirgo. Tas ir, tiek izmantota mūsu sistēmā esošā siltumenerģija, pret kuru uzsildās "San-Tex" aukstais ūdens un pārtop no aukstā par karsto. Mēs netirgojam karsto ūdeni.

Bet rēķinos norādīta "Balvu Enerģija"...

– Tā ir veca, vēsturiska apmaksas sistēma, par ko esmu rakstījis jau 2018.gadā. Skaitītāji paredzēti, lai uzsaitītu katru iedzīvotāju patērieto. Ja kāds rādījums nenodod laikus, tad rēķini var būtiski atšķirties. Mūsu uzdevums ēkai iedot enerģiju un saņemt par to samaksu. Vēlreiz uzsvēru, ka skaitītāji paredzēti patēriņtā karstā ūdens uzskaitei. Kas cilvēkam ir vissvarīgākais? Kontrolēt savu patēriņu, un šī sistēma to pilnvērtīgi nenodrošina.

Kas būtu jādara lietas labā?

– Esmu runājis ar vadību, informējot, kāds ir mans skatījums šajā jautājumā.

Kāds tas ir?

– Ne tik daudz skatīties uz ēku siltināšanu, bet savest kārtībā daudzdzīvokļu namu iekšējās komunikācijas, uzlieket katram dzīvoklim savu enerģijas skaitītāju. Protams, tajās mājās, kur tas iespējams. Tad cilvēks pats, piemēram, braucot atvājinājumā, varēs nogriezt uz minimālo režīmu savu patēriņu. Tas ir grūts uzdevums. Padomju laikos, būvējot namus, energoresursi bija lēti, tāpēc neviens galvu nelauzīja par, tā teikt, kapeikām un precīzu uzskaiti. Tagad tas ir dārgi un visi grib kontrolēt savu patēriņu, bet vecās iekārtas to neļauj darīt. Vasarā klientu nav daudz. Tas nozīmē, ka vasarā strādājam ar kādiem 40% zudumiem tīklā – turam siltumtrasi siltu, lai nodrošinātu ar enerģiju karstā ūdens patēriņus. Bet, ja karsto ūdeni patēriņtu lielākā daļa, tad krietni samazinātos zudumi, līdz ar to samazinoties arī tarifs.

Izklausās sarežģīti?

– Siltumtrases uzņemējus tik lielas, lai mēs nodrošinātu maksimālo patēriņu. Vasaras režīmu var salīdzināt ar jaudīgu traktoru, kas velk mazu piekabiti. Tas ir neekonomiski. Protams, tarifs tiek sadalīts gada griezumā pēc regulatora noteiktas metodikas. Ja mēs vasarā palielinātu patēriņu, tas būtiski samazinātu kopējo tarifu.

Kā tas izdarāms?

– Nodrošināt to, lai klienti saprot, par ko maksā. Tā ir ēkas iekšējās sistēmas pārbūve. Cilvēki izmanto elektriskos boilerus, zinot un kontrolējot, cik par to būs jāmaksā. Vīņš ir saimnieks – var ieslēgt un izslēgt. Tas ir pats svarīgākais! Mūsu gadījumā cilvēki nesaproto, par ko maksā, kāds rādījums nodod laikus, cits ieraksta kaut kādu vidēju ciparu, cits rīkojas negodīgi utt.

Tēma "ar bārdu"...

– Jā, nav vienkārši, kā, piemēram, māju aplimēt ar putu-plastu. Lai lietas sakārtotu, nepieciešams profesionāls un zinošs inženieris. Tāds, kurš reāli uzņemas atbildību, kurš, uzņemējus tiltu, zem tā arī pārbaudes laikā atrodas. Runājot



2021.gada novembris. Tolaik "Vaduguns" rakstīja par veco Steķintavas katlumāju jaunā veidolā (foto). Akciju sabiedrības "Balvu Enerģija" valdes priekšsēdētājs Sandris Šalajevs, taujāts, kad un vai ir cerības tikt pie jaunas katlumājas, atjokoja: "Ja skaļi neblausties, tad var izdarīt. Steķintava bija mūžīga problēma: nebija klientu, ēka bija liela, pašizmaksā – augsta. Kas gaidāms nākotnē? Ceram uz kādu būtisku Eiropas atbalstu. Šeit mums, iespējams, palīdzēs tas, ka esam 100% pašvaldības īpašumā, jo pašvaldībām ir būtiski lielāks atbalsta procents.

Vai patiesi nav brižu, kad gribas mest plinti krūmos?

– Mans darbs ir interesants. Patīk, ka uzņēmumu izdodas pilnveidot. Droši vien nevēlētos strādāt uzņēmumā, kur viss ir izlaizīts, atrunāts un katrs solis – uzskaitīts. Piemēram, redzi vecās padomju laiku iekārtas. Tās nomainot, secini, ka efektivitāte ir $x2$. Kā lai nepriecājas? Strādājot pirmajā darbavietā AS "Latvenergo", esmu projektējis Ķeguma HES kreiso krastu, Balvu apakšstaciju u.c., tās bija jaudīgas energobūves, atbildība bija daudz lielāka un katras kļūda varēja izmaksāt daudzus simtus tūkstošus.

Kāda varētu būt sapņu būve?

– Man patīk vēsturiskās ēkas un ļoti cienu amatniekus, kuri izmanto vecās būvniecības metodes un gudrības. Sāpīgi skatīties, ka vēsturiskā būve renovēta, izmantojot neatbilstošus materiālus, kas veicinās tās strauju bojāeju. Patīk nestandarta būves, piemēram, ūdenstorpi. Gribas kaut ko izdomāt pašam.

Esat patriots?

– Domāju, jā, jo cenšos pirkst vietējos produktus, tas ir, tos, kas ražoti Latvijā, nevis kuriem tikai latvisks nosaukums, neesmu aizbraucis. "Balvu Enerģija" ir otrā darbavietā. Man ir prieks, ka Balvos varu ātri aiziet pie bērniem, uz māju, uz dārzu un viss ir soļa attālumā.

Informē policija

Brauc dzērumā

12.maijā plkst. 10.37 Baltinavas pagastā pa vietējās nozīmes ceļu 1980.gadā dzimis vīrietis vadīja transportlīdzekli "VW Touran" alkohola reibumā. Veicot alkohola pārbaudi izelpotajā gaisā, tika konstatētas 2,09 promiles. Uzsākts kriminālprocess.

3.maijā plkst. 10.30 Tilžā 1959.gadā dzimis vīrietis vadīja transportlīdzekli (mopēdu) "Honda DIO ZX" bez transportlīdzekļu vadīšanas tiesībām, būdams alkohola reibumā. Minimālā alkohola koncentrācija – 1,48 promiles. Uzsākts administratīvais process.

Saboja laternu, ceļa zimi un sētu

7.maijā plkst. 10.47 Balvos, Vidzemes ielas un Stacijas ielas krustojumā, pagaidām pie nenoskaidrotiem apstākļiem 1932.gadā dzimis vīrietis, vadot transportlīdzekli "VW Polo", nobrauca no ceļa braucamās daļas, uzbrauca elektrības sadales skapim, gaismas laternai, ceļa zīmei un koka sētai, bojājot tos. Pēc negadījuma transportlīdzekļa vadītājs ar miesas bojājumiem nogādāts medicīnās iestādē. Policija skaidro notikušā apstākļus.

Uzbrauc priekšā esošai automašinai

3.maijā plkst. 18.30 Tilžas pagastā ceļa posmā Tilža-Baltinava 1km, virzienā uz Tilžu, 1977.gadā dzimusie sieviete vadīja a/m "VW Passat" un, kā liecina policijas rīcībā esošā informācija, neievērojot drošu braukšanas distanci, uzbrauca priekšā esošajai a/m "VOLVO XC 70", kuru vadīja 1957.gadā dzimis vīrietis. Negadījumā cieta "VOLVO XC 70" pasažieri, kura tika nogādāta medicīnās iestādē. Uzsākts administratīvais process.

Pie uzņēmuma izrakta liela tranšeja. Kas tur notiek?

– Veidojam ūdens novadīšanas sistēmu. Vēsturiski bija atstātas betona plāksnes, kuras izvietosim glītāk. Piekrītu pārmetumam, ka vēsturiski katlu māja izceļas pilsētvidē. Pamazām sākam visu sakārtot, turklāt ar saviem spēkiem. Nevaru noprognozēt, kā veikties, tomēr apstāties neplānojam.

Mēdz teikt, ka ragavas taisa vasarā, bet ratus – ziemā. Kā soka?

– Tur nav varianta, mūsu galvenais uzdevums ir gatavoties ziemai. Mans uzstādījums ir tāds, ka jābūt gatavam laikus, nevis pēdējā brīdi, jo pēdējā brīdi tāpat atklājas kaut kas neprognozēts un negaidīts.

Vai veidojat šķeldas uzkrājumus?

– Cenšamies, tas ir ļoti svarīgi, jo vasarā to var nopirk būtiski lētāk. Tāpat sagādātāji ieinteresēti šķeldu piegādāt vasarā nevis, piemēram, rudenī, kad ceļi nereti ir neizbraucami. Šķeldas krājumi nodrošina neatkarību.

Kas šobrīd ir "Balvu Enerģijas" padomes priekšsēdētājs?

– Mans amats nav līguma darbs, bet gan uz laika pilnvaras. Nesen man uzticēja turpināt vadīt uzņēmuma valdi. Ja līdz šim bija trīs valdes locekļi, tad tagad ir divi – es un Uldis Sprudzāns. "Balvu Enerģijas" padomes priekšsēdētājs ir "San-Tex" vadītājs Egons Strumpe. Tāpat padomē strādā Dzintars Jaunzems un Gunta Kaša.

Vai joprojām dejojat Viksnas deju kolektīvā?

– Jā. Paliekot vecākam, arvien svarīgāks ir kolektīvs. Kādi ir citi vaļasprieki? ļoti daudz un dažādi, bet tiem nav laika.

Der zināt

Latgaliskais seminārs notiks Dagdā

Latgaliešu kultūras kustība "Volūda" aicina jauniešus piedalīties latgaliskajā seminārā "Atzolys", kas no 6. līdz 9.augustam notiks Dagdā. Tajā varēs piedalīties jaunieši vecumā no 16 līdz 21 gadam, lai mācītos latgaliešu rakstu valodu, iepazītos ar mūsdienu Latgales personībām un procesiem, izzinātu reģiona kultūrvēsturi un šī briža iespējas jauniešiem. Pirmo reizi seminārs "Atzolys" notika 2004.gadā Ludzas novada Kārsavā, iepriekšējais – 2022.gadā – bija Balvu novada Rekovā, bet šogad jauniešu satikšanās būs Dagdā. "Atzolys" savulaik ir bijis kā atspēriena punkts arī daudziem šobrīd latgaliskajā kulturtelpā zināmiem aktivistiem vairāk izzināt un iesaistīties kultūras un sabiedriskajos procesos.

"Pēc Rekovā notikušā semināra no jauniešiem saņēmām ļoti labas atsausmes un iedvesmu, kā arī vēl arvien ar daudziem no viņiem satiekamies pasākumos, jaunieši iesaistās "Volūdas" un citās latgaliskajās aktivitātēs, atbalsta pasākumus. Vairākiem jauniešiem seminārs bija motivācija vispār sākt vai ikdienā vairāk runāt latgaliski, par ko esam ļoti, ļoti priecīgi. Jācer, ka tā izdosies arī pēc satikšanās Dagdā," saka latgaliešu kultūras kustības "Volūda" vadītāja Edeite Laime.

Ar jauniešiem vasaras seminārā strādās: latgaliešu rakstu valodas nodarbības vadīs latgaliešu rakstu valodas speciāliste Māra Mortuzāne-Muravskā, improvizācijas nodarbības vadīs pasākumu vadītājs un improvizators Kozmens (Mārtiņš Kozlovskis), par Latgali un latgalisko mārketingā stāstis uzņēmējs un zīmola "Latgalactica" radītājs Raimonds Platacis, raidierakstu veidošanas praktisko darbnīcu vadīs jauniešu raidījuma "Pīci brenumi" komanda, par Latgales informatīvo telpu runās raidījumu veidotāja Vladislava Romanova, ar latgaliešu valodas lietošanu un vajadzību digitālojatos rīkos iepazīstinās projekta "Bolsu tolka" pārstāvē Kristīne Pokratniece, radošās darbnīcas vadīs dizainere Liāna Merķaka-Nikitina, tāpat seminārā viesosies arī citi lektori, aktīvisti un latgaliešu kultūras personības.

Visas seminārā paredzētās aktivitātes, ēdināšana un nakšņošana būs bezmaksas, dalībniekiem pašiem vien jānodrošina tikšana uz un no semināra. Lai piedalītos seminārā, jauniešiem līdz 10. jūnijam jāaizpilda pieteikuma anketa: <https://ej.uz/Atzolys2024>. Apstiprinājumu par piedalīšanos seminārā rikotāji nosūtīs līdz 14.jūnijam, nemot vērā daļbnieku piedalīšanās motivāciju.

Aicina iesniegt dramaturģijas darbus

Rēzeknes novada Nautrēnu apvienības pārvalde un latgaliešu kultūras kustība "Volūda" izsludina ikgadējo Pēterim Jurciņam veltīto literātu konkursu. Šogad kā jaunie, tā pieredzējušie literāti aicināti iesniegt līdz šim nepublicētus dramaturģijas darbus latgaliski. Konkursam darbus var iesūtīt līdz 9.jūnijam, bet uzvarētājs katrā no trijām kategorijām tiks paziņos tradicionālajā pasākumā "Pēterdina Rogovkā" 29.jūnijā. Literārais konkurss, lai godinātu dzejnieku, izcilā novadnieku Pētera Jurciņa piemiņu, aizsākās 2005. gadā un nu ir kļuvis par ierastu kultūras notikumu gada sastāvdaļu, "Pēterdina Rogovkā" izceļot arī mūsdienu literātu darbus. Pēteris Jurciņš (1932–2004) bija labi pazīstams gan kā dzejnieks, gan jauno literātu atbalstītājs, bet mazāk zināms ir fakts par viņu kā scenāristu: pēc Jurciņa scenārija 1973.gadā tapusi Rīgas kinostudijas dokumentālā filma "Klātbūtne". "Prozas lasījumos uzmanības centrā ir prozas darbi, dzejas slamā – iespēja dzirdēt jaunu dzeju latgaliski, tādēļ, domājot par šī gada Jurciņam veltīto konkursu, logiski šķita apskatīt vēl kaidu literāro žanru. Tā, sapņojot par jauniem darbiem vai vismaz to iecerēm dramaturģijā, kurā mūsdienās latgaliski nav tik daudz rakstītāju, šogad kopā ar Nautrēnu apvienību nolēmām apvienot spēkus un motivēt autorus vairāk pievērsties kādam no dramaturģijas žanriem," par P.Jurciņam veltītā konkursa virzienu šajā reizē saka kustības "Volūda" vadītāja Edeite Laime.

Konkursam jaunus, līdz šim nepublicētus darbus vai to fragmentus kādā no trijām kategorijām – skečs, bērnu luga vai kāds cits klasiskās dramaturģijas žanrs – literāti aicināti iesūtīt līdz 9. jūnijam elektroniski latgaliešu kultūras kustībai "Volūda" uz e-pastu lgsc@lgsc.lv ar norādi "P. Jurciņa konkurs 2024". Labāko darbu autori katrs saņems pēmijas 100 euro apmērā no Nautrēnu apvienības pārvaldes, kā arī atlīdzību par darba (vai tā fragmenta) publikāciju latgaliešu kultūras ziņu portālā "lakuga.lv" 300 euro apmērā.

Krustvārdu mīkla

Krustvārdu mīklu risinātāji, kuri pareizi atrisinājuši mīklu, ik mēnesi pretendē uz pārsteiguma balvu.
Atbildes gaidām līdz 25.maijam.

5.kārta

Sastādīja G. Gruziņa

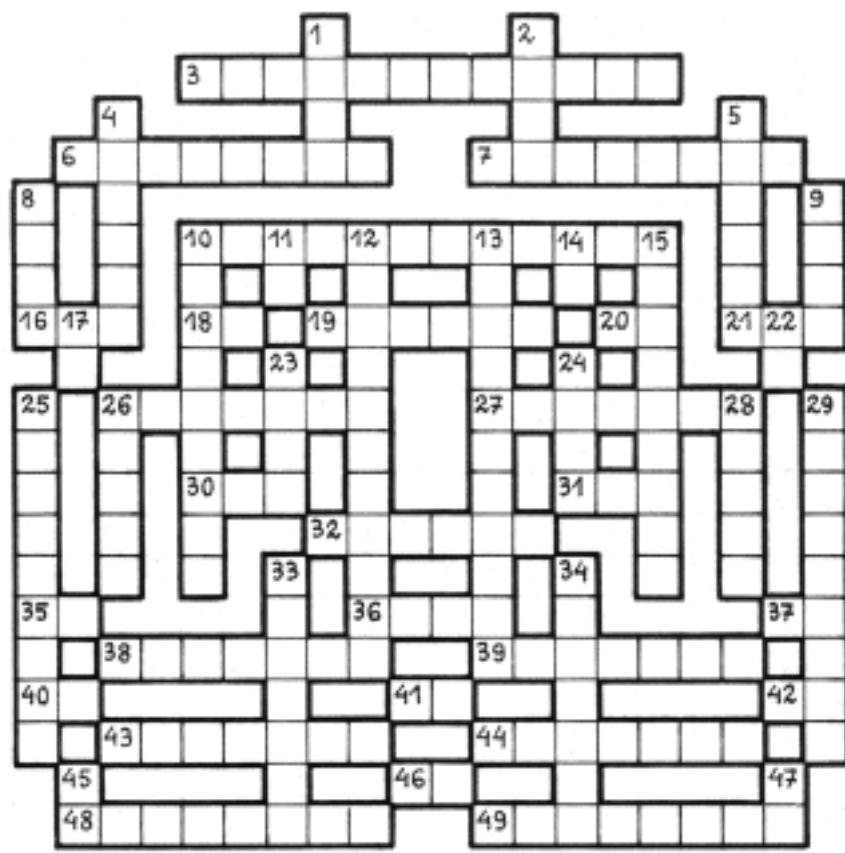
Aprīļa mīklu atrisināja:
A.Mičule (Tilža), Ľ.Baranova (Balvi).

Par aprīļa krustvārdu mīklas atrisināšanu balvu saņem
ALVĪNA MIČULE no Tilžas. Pēc balvas griezties redakcijā.

"Ukraina – 13"

(Avoti: V.Klišāns "Ievads Ukrainas vēsturē", interneta resursi)

Horizontāli: 3. Laupišana, ko veica Krievijas karaspēks Ukrainas okupētajās teritorijās. 6. Viena no pašpasludinātām separātiskām republikām Ukrainas austrumos. 7. HES, kuru Krievija uzspridzināja 2023.gada naktī uz 6.jūniju. 10. Valsts, no kuras teritorijas tika apšaudīta Ukraina un tika veikts Krievijas karaspēka iebrukums kara sākumā. 16. Vertikāla hidrotehniska būve. 18. Prokrieviskas separātiskas Luhanskas tautas republikas līderis, dzimis 1970.gada 15.martā Luhanskā (iniciāli), 2022.gada 21.februāri aicināja Krievijas prezidentu V.Putinu atzīt LTR un DTR neatkarību. 19. Krievijas militāra algotņu vienība, kuras viens



no izveidotājiem bija Jevgenijs Progožins. 20. Ukrainas valsts un politiskais darbinieks, iekšlietu ministrs 2021.g.16.jūlijā – 2023.gada 18.janvāri (iniciāli), gāja bojā helikoptera avārijā 2023.g. 18.janvāri Brovaros. 21. Dabiski veidojies dobums pazemē, arī dzīvnieku mītne. 26. Pilsēta rietumos pie Stripas upes Ternopiļas apgabalā, rakstos pirmoreiz minēta 1166.gadā. 27. Pilsēta, kuras ģerbonī un karogā attēloti divi lauvas pie koka, divas 8-staru zvaigznes. 30. Cildinošs dzējolis, arī skaņdarbs. 31. Starptautisks briesmu signāls. 32. Kuras valsts ražotos dronus Krievija izmanto Ukrainas pilsētu apšaudei? 35. Dalējas latviešu izcelsmes Krievijas uzņēmējs, miljardieris, politiķis, dzimis 1955.g. 16.martā Maskavā (iniciāli), 2022.gadā iekļauts ES izveidotajā sankcionēto personu sarakstā sakarā ar Krievijas iebrukumu Ukrainā. 36. Upe Krimā 69 km garumā, ietek Melnajā jūrā netālu no Sevastopoles. 37. Krievu jurists, politiskais aktivists, pret V.Putinu vērstās opozīcijas līderis (iniciāli), miris 2024.g. 16.februāri ieslodzījumā Harpā, bērnībā vasaras pavadijis pie vecmāniņas Ukrainā, Černobiļas rajonā (līdz 1986.g. AES avārijai). 38. Krievijas jūras spēku Melnās jūras flotes flagmanis, raķešu kreiseris, ko 2022.gada 14.aprīli nogremdēja Ukrainas bruņotie spēki. 39. Ukrainas bruņoto spēku virspavēlnieks kopš 2024.gada 8.februāra. 40. Padomju un krievu aktrise, dzimusi 1935.gada 13.novembrī Harkivā (iniciāli), pirmā galvenā loma – filmā "Karnevāla nakts" (1956.g.). 41. Prokrievisks ukraiņu politiķis, Krievijas prezidenta tuvs draugs (iniciāli), apcietināts par valsts nodevību; 2022.gada 21.septembri kopā ar 55 krievu karagūstekņiem apmainīts pret 215 Ukrainas karagūstekņiem. 42. Ukrainas politiķis, Ukrainas prezidenta biroja vadītājs kopš 2020.gada 11.februāri (iniciāli). 43. Pretgaisa aizsardzības sistēma, ko Ukrainai piegādā sabiedrotie. 44. Tanki, ko Ukrainai piegādā sabiedrotie. 45. Ukrainas diplomāts, Ukrainas Ārlietu ministrs kopš 2020.gada 4.marta (iniciāli). 48. Pilsēta, kuru pēc smagām kaujām 2023.gada janvāri ieņēma Krievijas karaspēks. 49. Pilsēta Krimas pussalas ziemeļos, rakstos pirmoreiz minēta 1784.gadā kā ciems, strauji sāka augt pēc Sevastopoles dzelzceļa līnijas izbūves 1870.-tajos gados.

Vertikāli: 1. Upe, kuras krastos atrodas pilsētas Bila Cerkva, Boguslava, Korsuņa-Ševčenkivska. 2. Aktrise, dzimusi 1939.gada 9.jūlijā Dnepropetrovskā (kopš 2016.gada Dnipro; aktrises vārds), no pirmajām kara dienām nosodījusi Krievijas iebrukumu Ukrainā, atbalstījusi Ukrainu; viena no aktrises kinolomām – sekretāre Vera filmā "Dienesta romāns" (1977.g.). 4. Viena no valstīm, uz kura devās ukraiņu bēgli. 5. Pilsēta viduslaikā, Čerkas apgabalā, Dnēpras labajā krastā pie tāda paša nosaukuma ūdenskrātuves. 8. Vieta no Kijivas priekšpilsētām, kurā Krievijas karaspēks veica kara noziegumus pret civiliedzīvotājiem. 9. Vieta no valstīm, kura netieši atbalsta Krieviju karā pret Ukrainu. 10. Apgabals Krievijā (centrs), kurā izlūkošanas un kaujas operācijas veica Ukrainas pusē karojosais leģions "Krievijas brīvība" un "Krievu brīvpārtīgais korpus". 11. Pirmais neatkarīgās Ukrainas kosmonauts, dzimis 1951.gada 28.janvāri "Kliškovs" Černivcu apgabalā (iniciāli), kosmiskajā lidojumā devās 1997.gada 19.novembrī. 12. Pilsēta austrumos, kuru 2014.gadā uz laiku okupēja prokrieviskie kaujinieki; pēc 2022.gada Krievijas iebrukuma Ukrainā pilsētā esošie objekti tika vairākkārt apšaudīti – dzelzceļa stacija (2022.gada 8.aprīli), skola u.c. 13. Kuras pilsētas tuvumā atrodas Zaporīžes AES, kuru kopš kara sākuma ieņēmis Krievijas karaspēks? 14. Eksistē, pastāv. 15. Pilsēta Krimas ziemeļos Perekopa zemesaurumā Ziemeļkrimas kanāla krastā. 17. Akuzatīva jautājums. 22. Nots. 23. Neliela upe 13,9 km garumā Kijivā un piepilsētā, Dnēpras labā pieteka. 24. Luckas pilsētas vecākā būve, arhitektūras piemineklis, celta 14.gs., attēlota uz 200 grivnu banknotes reversa. 25. Krievijas okupētā pilsēta, kurā bija vislielākais bojāgājušo skaits Ukrainā un kura gandrīz pilnībā tika nopostīta. 26. Kerčas kuģu remontrūpniča, kurai 2023.gada 4.novembrī Ukrainas bruņotie spēki veica raķešu uzbrukumu. 28. Kuras pilsētas ģerbonī un karogā attēloti zils krusts un sarkanā sešstaru zvaigzne? 29. Bijušais Ukrainas bruņoto spēku virspavēlnieks 2021.g.27.jūlijā-2024.g. 8.februāri, Ukrainas vēstnieks Apvienotajā Karalistē no 2024.gada 7.marta. 33. Pilsēta rietumos, Aizkarpatu apgabalā pie robežupes Tisas. 34. Krievijas 2002.g. uz laiku okupēta pilsēta, kuru 2022.gada rudenī atrīvoja Ukrainas bruņotie spēki. 45. Personas vietniekvārds. 47. Blōgeris, politiskais, militārais komentētājs, Ukrainas prezidenta biroja vadītāja ārstata padomnieks 2020.g. 1.decembrī – 2023.g. 17.janvāri (iniciāli), atkāpās no amata pēc 2023.gada 14.janvāri izteiktā komentāra par sprādzienu Dnipro pilsētā.

Marta mīklas ("Ukraina – 12") atrisinājums

Horizontāli: 1. Kravčuks (Leonīds). 5. Medžliss. 7. Horuživka. 10. Donecka. 13. Maidans. 16. Donas. 19. Smila. 21. Minska. 23. Krimas. 24. Zelenskis (Volodimirs). 29. Malaizija. 30. Februāris. 35. Porošenko (Petro). 36. Korupcija. 38. Vasījkovs. 39. Kur. 40. Leščinskis. 43. Mariupole. 44. Gorbačovs (Mihails). 46. Černobiļas. 48. Janukovičs (Viktors). 49. Bresta. 50. Ļviva. 51. Kučma (Leonīds). 52. Arsenis (Avakovs).

Vertikāli: 2. Rod. 3. Pučs. 4. Cira. 6. SOS. 8. O.U. (Oleksandrs Usiks). 9. K.M. (Kira Muratovs). 11. Nirst. 12. Azov. 13. Mila (Jovoviča). 14. Alnis. 15. Rietumukraina. 17. Sol. 18. Vīns. 19. SOK (Starptautiskā Olimpiskā komiteja). 20. Jaunkrievijas. 22. Asola. 23. Katra. 25. Ezis. 26. Irbe. 27. Sivašivku. 28. Budapešta. 29. M.P. (Mihailo Podoļaks). 32. S.S. (Stanislavs Šuškevičs). 32. V.K. (Vitālijs Kličko). 33. Ēka. 34. Dod. 37. Ruh. 41. Olga. 42. Soba. 43. Miers. 45. Sičas. 47. SKA. 48. Jak.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

Rūpēs par senioriem

Kā senioru vidū veicināt zāļu pareizu lietošanu

Medikamenti ir paredzēti tam, lai uzlabotu cilvēka veselību un labsajūtu, taču to efektivitāte ir atkarīga no to atbildīgas lietošanas, sekojot ārstu un farmaceitu norādēm.

Pasaules Veselības organizācija norāda, ka nedroša un nepareiza zāļu lietošana ir galvenais cēlonis veselības kaitējumam visā pasaulei. Seniori ir iedzīvotāju grupa, kura medikamentus lieto visvairāk, tāpēc tieši viņiem pareizai zāļu lietošanai vajadzētu pievērst pastiprinātu uzmanību. Dažādi faktori kā aizmāršība, vairāku medikamentu lietošana vienlaicīgi un nepietiekama izpratne par zāļu lietošanas nepieciešamību senioriem var radīt risku veselībai un labsajūtai. Ar ieteikumiem, kā veicināt pareizu zāļu lietošanu senioru vidū, dalās farmaceite ZANE MELBERGA.

Eiropas iedzīvotāju veselības aptauja*, kurā tika aptaujāti 6 tūkstoši Latvijas iedzīvotāju vecumā no 15 gadiem, rāda, ka visvairāk ārsta izrakstītus medikamentus lieto vecāka gadagājuma iedzīvotāji (vecumā no 65 gadiem – 80,3%). Aptauja arī liecina, ka, pieaugot vecumam, palielinās iedzīvotāju ipatsvars, kuri lieto ārsta izrakstītās zāles. Recepšu medikamentus lieto 17,8% jauniešu vecumā no 15 līdz 24 gadiem, turpretim senioru vidū (vecumā no 75 gadiem) patēriņš ir 4,8 reizes lielāks, recepšu medikamentus lieto 86,1% senioru. Seniori ir arī tā iedzīvotāju grupa, kurā medikamentu patēriņš ir palielinājies visstraujāk gada laikā no 79,1% līdz 86,1% jeb par 7 procentpunktiem.



medikamentu lietošanas rutīnu, ko var darīt pats seniors vai seniora aprūpes persona.

1. Uzlimes uz medikamentu kastītēm. Aptiekās recepšu zālēm farmaceiti limē virsū uzlimes, kurās ir uzrakstīts medikamentu lietotāja vārds, uzvārds un lietošanas instrukcija, veicinot drošu medikamentu lietošanu. Šī metode ir efektīva arī situācijās, lai nesajauktu, kurš medikaments ir paredzēts kuram, piemēram, ja vienā mājsaimniecībā dzīvo senioru pāris. Arī seniors var papildināt uzlīmēs noteikto medikamentu lietošanu, piemēram, ar dienas laiku, kurā medikaments jālieto, vai norādījumus, piemēram, lietot kopā ar ādienu vai nelietot kopā ar kādiem citiem medikamentiem.

2. Medikamentu kastītes. Aptiekās var iegādāties medikamentu kastītes, kurās var tos sadalīt atbilstoši to lietošanas instrukcijām, piemēram, dienas, nedēļas vai mēneša griezumā.

3. Medikamentu lietošanas atgādinājumi telefonā. Telefonos ir pieejamas vairākas aplikācijas, kurās ir iespējams uzstādīt paziņojumus nepieciešamajos medikamentu lietošanas laikos. To var izdarīt gan paši seniori, gan viņu aprūpes persona.

4. Pierakstu lapiņas. Uz pierakstu lapiņas sarakstīti pareizi zāļu nosaukumi un lietošanas laiki var palīdzēt atcerēties, ja lapiņa ir novietota vietā, kur tā visu laiku redzama, piemēram, virtuvē uz ledusskapja. Papildu tam ir jāsaglabā visu rakstīto informāciju, kas nāk kopā ar zālēm (ārsta norādes, lietošanas instrukciju), un jāglabā to vietā, kur to var viegli atrast.

5. Ģimenes locekļi vai aprūpētāji. Seniori var iesaistīt ģimenes locekļus vai aprūpētājus medikamentu pārvaldībā. Seniori var kopīgot ar savām uzticības personām savu zāļu lietošanas grafiku vai piešķirt viņiem pieķļuvi medikamentu atgādinājuma lietotnēm. Ja tas ir par sarežģītu, tad var lūgt ģimenes locekļiem vai aprūpētājiem uzlikt atgādinājumus savā telefonā un senioram piezvanīt konkrētā laikā, kad jālieto medikaments.

6. Ārsti un farmaceiti. Ja ir radušies jebkādi jautājumi par medikamentu lietošanu, aicinām doties uz tuvāko aptiekū un konsultēties ar farmaceitu. Tāpat senioriem ir jāaplāno regulāra zāļu lietošanas pārskatišana ar savu ārstējošu ārstu, lai nodrošinātu, ka zāļu lietošanas režīms joprojām ir piemērots.

* Eiropas iedzīvotāju veselības aptaujā (EIVA) 2019.- 2020. gadā tika aptaujāti 6 tūkst. Latvijas iedzīvotāju vecumā no 15 gadiem, kuru atbildes tika vispārinātas uz visiem attiecīgā vecuma iedzīvotājiem. Aptaujā tika noskaidrota iedzīvotāju pašsājūta un subjektīvais viedoklis par savu veselību, kā arī dots pašnovērtējums dzīves veidam, veselības aprūpes pakalpojumu izmantošanai un pieejamībai saistībā ar iedzīvotāju sociāli ekonomiskiem rādītājiem.

Kas jāņem vērā, lietojot medikamentus

Seniori nereti lieto vairākas zāles vienlaikus dažādām veselības problēmām. Ja netiek ievērotas vairāku zāļu lietošanas instrukcijas, ko norādījis ārsts vai farmaceits, var tikt mazināta vai pastiprināta zāļu iedarbība, rezultējoties ar potenciāli saasinātām esošajām veselības problēmām vai jaunām komplikācijām. Tāpat nekādā gadījumā nedrīkst lietot medikamentus, kas ir izrakstīti citai personai un nedrīkst dot savus medikamentus citiem. Jāatzīmē, ka svarīgi ir įņemt vērā medikamentu derīguma termiņus, jo medikamentu, kuru termiņš ir beidzies, var ne tikai zaudēt savu iedarbību, bet arī radīt riskus veselībai, ja tos patēriņš pēc tā glabāšanas laika. Zane Melberga atgādina, ka zāles ar beigušos derīguma termiņu vai tādas, kuras vairs nelieto, var aiznest uz tuvāko aptiekā utilīzācijai.

Seši padomi medikamentu lietošanā

Mūsdienās ir pieejami dažādi veidi, kā organizēt savu

Afiša

*Sākums 7.lpp.

Vectilžā

18.maijā plkst. 19.00 sporta un atpūtas centrā I.Šteinbergas komēdija "Šurpu - turpu" 3 ainās, Krišjānu dramatiskā kolektīva "Tādi esam" iestudējumā.

Vilakā

18.maijā plkst. 14.00 Vilakas Vissvētās Jēzus Sirds Romas katoļu baznīcā koncerts "Kā putni dzied". **Piedālās:** Balvu Mūzikas skolas vokālais ansamblis, Tilžas pamatskolas vokālais ansamblis "Varbūt" (vadītāja Linda Vitola); Lielvārdes bērnu vokālais ansamblis "Mikauši" (vadītāja Baiba Klepere).

18.maijā Vilakas muzejā **no plkst. 19.00 līdz 22.00** jaunās muzeja ekspozīcijas "Vilakas apkārtne vēstures likločos" apskate, izstāde "Dzelzceļš Vilakas apkārtnē un tā nozīme" sadarbībā ar Latvijas Dzelzceļa vēstures muzeju.

Ekspozīciju apskate un darbnīcas, piedālīšanās loterijā, kā arī fotostūri "Es milu tevi, Vilaka!". Iespēja kopā ar Annu Āzi iepazīt dabas brīnumaino pasauli.

Plkst. 20.00 muzeja iekšpagalmā muzicēs kapela "Atzele".

26.maijā plkst. 10.00 senlietu un retro motociklu kolekcijā "Cirulīši" (Tepenīca, Susāju pagasts) aizsāksies "Latgales Pārgājienu dienu 2024" otrs organizētais pārgājiens Balvu novadā Vilakas apkārtnē. *Plānotais maršruts kopā ar gidi, kolekcionāru un Vilakas apkārtnes vēstures pētnieku Dzintaru Dvinski (18 km): Vilakas apkārtnes ciemi – Tepenīca, Mitrakalns, Vēdenieši, Čabatrova, Gruzdova un Tepenīcas ezers. Dalības maksā – 10 eiro/pers., kas ietver apmeklējuma maksu apskates vietās un siltu maltīti pārgājiena noslēgumā. Dalības reģistrācija: ej.uz/lpd2.*

Vīksnā

Līdz 31.maijam tautas namā darba dienās **no plkst. 10.00 līdz 16.00** skatāma Valtera Kanepes personālā fotoizstāde "Pasaule ap mums".

Der zināt

Saules paneļu īpašniekiem jāpāriet uz neto norēķinu sistēmu



Šī gada maijs atnācis ar būtiskām pārmaiņām elektroenerģijas tirgū, visvairāk ietekmējot tieši tās mājsaimniecības, kas elektroenerģiju pašpatēriņam ražo no atjaunojamajiem resursiem. Protī, ar 1.maiju mājsaimniecību no jauna izbūvētās saules paneļu sistēmas vairs nevar iesaistīties līdzšinējā neto uzskaites sistēmā, savukārt sistēmā jau iekļautās mājsaimniecības varēs turpināt izmantot to līdz 2029.gada februāra beigām.

Ir notikušas arī būtiskas izmaiņas terminos, kuros elektroenerģijas tirgotājām jāpaziņo sistēmas operatoram par jaunu klientu piesaisti.

Tirgus pirmsākumos elektroenerģijas tirgotājiem bija jāziņo par jaunu klienta piesaisti vismaz divus mēnešus iepriekš, taču, attīstot AS "Sadales tikls" procesus, bija iespēja šo paziņošanas periodu būtiski saīsināt līdz pēdējos gados ierastajam 15. datumam mēnesī pirms sadarbības uzsākšanas. No šī gada maija ierastā kārtībā ir mainīta un paziņošanas pienākums par jaunu klientu ir pārcelts no 15. datuma uz 9. datumu.

Kā skaidro "Virši" Enerģētikas daļas vadītājs Jānis Bēthers, šīs izmaiņas bija nepieciešamas, jo pēdējo trīs gadu laikā ir būtiski pieaugusi Latvijas elektroenerģijas tirgus aktivitāte un tirgotāju maiņas intensitāte: "Lai arī pārmaiņas ir šķietami nelielas – ziņošana jāveic tikai dažas dienas iepriekš, – tirgus prakse liecina, ka tieši pēdējās dienās pirms 15. datuma ir novērojama klientu visaugstākā aktivitāte, tāpēc ir būtiski atcerēties par izmaiņām un izdarīt izvēli pirms 9. datuma. Savlaikus piedāvājumu salīdzināšana dos izvēles brīvību, bet pēc 9.datuma turpmāk būs iespējams sadarboties vienīgi ar līdzšinējo tirgotāju."

Jaunā NETO norēķinu sistēma

Nemot vērā, ka turpmāk mājsaimniecībām, kas uzstādīs saules paneļu sistēmas, vairs nebūs iespējams iesaistīties neto uzskaites sistēmā, tās varēs izvēlēties kādu no tirgotāju piedāvājumiem jaunas neto norēķinu sistēmas ietvaros.

"Būtiskākā atšķirība ir tā, ka saražotās un tīklā nodotās elektroenerģijas vērtība tiks noteikta eiro, nevis uzskaitītas kilovatstundas, kā tas bija iepriekš. Šī pāreja ar skaļu diskusiju tika apspriesta 2023.gadā un ir izraisījusi tik lielu interesu un diskusijas nozarē, ka saules paneļu uzstādīšanas temps pēdējos mēnešos pirms neto norēķinu sistēmas ieviešanas bija salīdzināms ar situāciju 2022.gada rudenī, kad bija vērojamas rekordaugstās elektroenerģijas cenas. Šīs izmaiņas ir reakcija uz nepieciešamību mazināt sagaidāmos izdevumus neto uzskaites sistēmas uzturēšanai," saka Jānis Bēthers.

Elastīgāki piedāvājumi mājsaimniecībām

Mājsaimniecību segmentā novērojama tendencē uz elastīgākiem līgumu terminiem fiksētajām cenām. Ja agrāk standarta piedāvājums bija 24 mēneši, tagad tirgū ir pieejami gan īsāki – 6 mēnešu piedāvājumi, gan arī ilgāki – 72 mēnešu līgumi. Šī elastība ir rezultāts konkurences pieaugumam nozarē un tirgotāju centieniem pielāgoties klientu vajadzībām, ļaujot tiem izvēlēties vispiemērotākos risinājumus.

"Visbeidzot elektroenerģijas tirgus pavasarī ir dinamisks un mainīgs, atspoguļojot gan nozares izaicinājumus, gan iespējas. Tas liecina par nepieciešamību pēc pastāvīgas adaptācijas un sadarbības starp visiem tirgus dalībniekiem, lai nodrošinātu elektroenerģijas piegādi, kas atbilst patēriņtāju vajadzībām," uzsver "Virši" eksperts.

Izmaiņas stājusās spēkā, nemot vērā grozījumus Elektroenerģijas tirgus likumā.

Apsveikumi

Būs vēl vasaras, arī ziemas vēl saltas,
Un pienenes ziedēs, un ievas tīk baltas...
Bet šodien lai vējš Tev dzied šūpuļa dziesmu
Un sasilda sirdi ar atmiņu liesmu.

Vissirsnīgākie sveicieni un laimes vēlējumi milajai māmiņai **Annai Ločmelei** lielajā 80 gadu jubilejā!
Vēlam stipru veselību, dzīvesprieku un Dieva svētību turpmākajiem dzīves gadiem.

Dēļi: Juris, Andris, Pēteris ar ģimenēm

Dievs, Tev pieder mani saulainie riti,
Mana mīlestība un uzticība Tev.
Tev pieder mana darba ritums,
Mani sapņi, kas sirdi mit.

Prāvestam **Guntaram Skutelam** dzimšanas dienā
vēlam Svētā Gara gaismu, izturību, veiksmīgu radošo
iceru īstenošanos!

Vilakas katoļu draudze

Lai mīlestība tā kā salda medus lāse,
Uz jūsu lūpām pastāvīgi kvēl,
Tik neizdzeriet milas kausu īsā brīdi sausu,
Tā jums līdz mūža galam jāpietiek.

Sveicam kāzu dienā

Emeritu Brenčevu un **Gunāru Stalidzānu!**

Vēlam saticīgu, laimīgu, veiksmīgu ģimenes dzīvi.
Krustdēls ar savējiem

Pērk

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



PĒRK meža ipašumus, cirsmas, lauksaimniecības zemes. Tūlītēja un godīga samaksa par mežu. Ātra un precīza novērtēšana. Vienkārs pārdošanas process. Cilvēcīga sadarbība. PĀRDOD mežu profesionāliem, liec mežu savā lietā. Tālr. 29289878.

Pērk meža ipašumus, arī jaunaudzes, izcirtumus un cirsmas. Tālr. 28282021.

Pērk, izved cirsmas, apaugumus. Kāpurķēžu un universālā ekskavatora pakalpojumi. Tālr. 28608343.

Pērk vieglo automašīnu. Tālr. 26274417.

Pērk mežu, lauksaimniecības zemi. Tālr. 29386009.

Pārdod

Pārdod jaunputnus, dējējvistas. Tālr. 29424509.

Z/S "Gračuļi" pārdod jaunputnus, dējējvistas. Tālr. 29186065.

Pārdod *Hyundai Santa Fe CRDI*, 2.2., no Beļģijas, TA, tehniskā apkope veikta, Latvijā nav braukta, EUR 5900. Tālr. 28323112.

Pārdod piekabi Zubrjonok, TA, EUR 400. Tālr. 29422905.

Pārdod elektrisko ganu, veļasmašīnu. Tālr. 27850554.

Pārdod kūtsmēslus un augļigu zemi. Tālr. 26431999.

Pārdod skaldītu malku. Tālr. 26550272.

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

MUZEJU NAKTS
ZVAIGZNES GRĀMATNĪCĀ

BALVOS

Brīvības ielā 57, t/c "Planēta" 1. stāvā

sestdien, 18. maijā
9.00 – 21.00

Zvaigzne ABC grāmatām
-50%

9.00–12.00 viesosies ziepju, vannas bumbu
un skrubju izgatavotāja **Laimdota Zelča**

Kvalitāte par labāko cenu!!!

SIA Logi Durvis piedāvā:

- PVC logi durvis (vācu profils)
- Alumīnija logi durvis
- Metāla durvis (dzīvoklim, privātmājām)
- Pretkukaiņu tīkli
- žaluzījas
- Logu durvju aksesuāri
- Logu montāžu, apdarī, piegādi
- Bezmaksas uzmērišanu, konsultāciju



Bērzpils iela 5, Balvi
Tālrunis 25106640 balvisalogidurvis@inbox.lv

Dažādi

DZIRDES APARĀTI
"Mēness aptieka" telpās
23. maijā no plkst. 9.00 līdz 13.00.
Tālr. 26019076.

Plauj piemājas zālāju, zāliena aerāciju, dzīvīgo zāģēšanu, zaru un nokaltušu koku izzāģēšanu.
Tālr. 29165808.

Interesē siens pakaišiem.
Tālr. 26431999.

Zāģē, skalda malku (Balvi, Gulbene, Alūksne). Tālr. 23205101.

Iebūvē un pieslēdz üdensvadus.
Izvada kanalizāciju. Iebūvē nosēdakas un septīkus.
Tālr. 25685918.

Siltina mājas ar ekovati, granulām un termopotām. Tālr. 26748235.

Metāla jumta segumi par labām cenām. Piegāde, uzstādīšana.
Tālr. 26360938.

Līdzjūtības

Vienai dzivei vieni vārti,
Saules gaismai atvērti.
Žēl tikai, ka nezinām,
Cik ilgi vaļā mums tie ir.
Izsakām visdzīļāko līdzjūtību
Svetlanai Ivanovskai ar
ģimeni, TĒVU mūžības celā
izvadot.
Viļakas KN Eiropas deju dāmu deju
kopa "Intriga"

Lai tēva mīlestība visos cejos vada,
Lai tēva miers tev spēku dod.
Lai labā, apklaususī sirds vēl ilgi
Teic padomu un ceļa maizi dod.
(J.Silazars)

Izsakām patiesu līdzjūtību Svetlanai
Ivanovskai ar ģimeni, TĒVU
mūžībā pavadot.
Bijušie darba kolēgi NMPP Viļakā

Ir sāpes, ko nevar dalīt uz pusēm,
Nav tādu vārdu, kas mierināt
spētu...

Nostājas blakus tev draugi un klusē
Kaut vai tā, lai tev palidzētu.

Izsakām visdzīļāko līdzjūtību
kolēgei Svetlanai Ivanovskai ar
ģimeni un tuviniekiem, tēvu
DIMITRIJU SMIRNOVU mūžībā
pavadot.

Viļakas Veselības aprūpes centra
kolēgi

Kas smagāks vēl var būt,
Pa dzīves taku ejot,
Kā atdot zemei to,
Kas sirdij milš un dārgs.

Izsakām visdzīļāko līdzjūtību
Svetlanai Ivanovskai ar ģimeni,
TĒVU, VECTĒVU mūžībā pavadot.
I.Medne, J.Useniece, J.Gavrilova

Nolist asara, sažņaudzas vaigs,
Pienāk nesauktais ar dievu laiks.
(H.Dorbe)

Patiesi mierinājuma vārdi atbalstam
Aleksim ar ģimeni, pavadot
TANTI, MĀSU mūžības celā.
"Cālēnu" grupas audzēknī, vecāki,
audzinātājas, auklīte

Dažādi



Piedāvājam tīrus, mazgātus (kā jaunus) 600 l un 1000 l, gan arī nemazgātus 1000 l konteinerus
(baltie, melnie). Mucas – plastmasas, metāla no 60 l līdz 220 l.
Tālr. 29492141.

Dzīlurbumu un spīciu ierikošana.
Tālr. 29142220.

SIA "Baltic Akmens" PIEMINEKLĀ
IZGATAVOŠANA Kārsavā,
Vienības ielā 59
Informācija pa tālr. 26625545.
Rēzeknē, Rīgas 9
Tālr. 20004200.

e-pasts: vaduguns@apollo.lv
mājaslapa: vaduguns.lv
Datorsalikums-
SIA "Balvu Vaduguns",
R.KACĒNS
Iespistes SIA
"Poligrāfijas grupa
Mūkusala", Rīga,
Mūkusalas 15A
Tirāža – 2190