



Otrdiena ● 2025. gada 21. janvāris

CENA tirdzniecībā 1,10 EUR

Izraisa pārdomas

3.



Foto - E. Gabranovs

# “Re, kāda maza pupiņa piedzīma”

Edgars Gabranovs

Sestdien Tilžas Kultūras un vēstures namā bija jaušama ipaša gaisotne. Nama vadītāja Daiga Lukjanova, sveicot ilggadējo skolotāju un klases audzinātāju 100 gadu jubilejā, atzina, ka līdz šim viņas mūžā nav bijis šāda pasākuma: “Parasti jubilāru salīdzina ar skaistu ābeli, rudzu druvu un tamlīdzīgi. Ienāca prātā, ka, piedzimstot meitenitēm, nereti saka: “Re, kāda maza pupiņa piedzīma.” Olgu varam salīdzināt ar mīlu, baltu pupiņu. Bernarda un Madalas ģimenes dzimtas dārzā tika iestādītas trīs baltas pupas. Audzinātas trīs meitas..., un gavīniece izrādījās pati stiprākā, kaut iedēstīta kā pirmā...”

Jāpiebilst, ka simtgadnieci bija divas māsas un brālis, kurš krita Otrajā pasaules karā. Savulaik jubilāre dziedāja Tilžas sieviešu korī, kā arī Tilžas etnogrāfiskajā ansamblī “Sagša”. Kopas vadītāja Daiga Jēkabsone atceras, ka vēl pirms 11 gadiem Olga uzstājās skatē Rugājos: “Viņa vienmēr bija mūsu ansambla *runas vīrs*. Olga ir labstīga, sirsniņa un saprotīša, pat perfekta. ļoti rūpīgi pētīja kultūras mantojumu, mudinot izvēlēties jaukas latgaliešu dziesmas. Jubilārei vienmēr lūdzām padomu, un viņa nekad neatteica.” Aina Zelča atklāja, ka ar Olgu kopā nesanāca padziedāt, kaut gan stāvējusi klāt pie ansambla dibināšanas šūpuļa: “Olga ir

mana pirmā audzinātāja vidusskolā. Tiesa, tikai divus mēnešus, jo tolaik acīmredzot pasaulē plānoja ienākt Venerandu.” Arī Elita Zelča priecājas, ka simtgadniece bijusi viņas ķīmijas skolotāja. “Tiesām stingra, kaut gan no galvas Mendeļejeva ķīmisko elementu periodisko tabulu nezinu,” smaidot secina Elita. Arī Anna Jermacāne smeja, ka ar kaimiņiem ļoti labi sadzīvo, kaut gan ipašumus atdala upe: “Esam draudzīgas. Kāda ir simtgades recepte? Olga to nav atklājusi. Lai viņai laba veselība!” Bijusi “Sagšas” dalībniece Rita Čipate arī ir skolotāja, Olgas audzēkne. “Nezinu, kāpēc, bet mūsu starpā izveidojās ļoti sirsniņas attiecības. Viņa patiesi varētu būt man kā tante vai mammas māsa. Jubilāre ir Cīvēks ar lielo burtu.” Balvu Centrālās bibliotēkas direktore Ruta Cibule, raksturojot gavīnieci, uzsvēra, ka galvenais atslēgas vārds ir ‘dzīves gudra’, piebilstot: “Āoti gaiša, ļoti labi pārķina vietējo folkloru.”

Jubilāre mācījusies Skrindas pamatskolā Tilžā, Tilžas nepilnajā vidusskolā, Malnavas tehnikumā, kuru beidza ar Sarkano diplому, un Rīgas Pedagoģiskajā institūtā. Īsu brīdi pastrādāja Kultūras ministrijā Rīgā, bet viss Olgas darba mūžs bija veltīts dzimtajai pusei, kur strādājusi par skolotāju. No 1964.gada līdz pat pensijai viņa mācīja vidusskolas klasēm bioloģiju un visām klasēm – ķīmiju.

\* Turpinājums 10.lpp.

**Nākamajā  
adugunī**

## Vai pieņems budžetu?

22.janvārī Balvu novada domes ārkārtas Finanšu komitejas sēdē plānots izskatīt lēmumprojekta “Par Balvu novada pašvaldības 2025.gada budžetu” pieņemšanu, ko, iespējams, apstiprinās 23.janvāra domes sēdē.

## Saplosīti suni un mājlopi

Vilku uzbrukumu skaits lauksaimniecības dzīvniekiem un suniem, par kuriem Valsts meža dienests (VMD) ir saņēmis un pārbaudījis informāciju, pēdējo piecu gadu laikā ir nozīmīgi pieaudzis. Uzbrukumos 2020.gadā cietuši (nogalināti, ievainoti, pazuduši) 115 mājdzīvnieki, 2021.gadā – 182, 2022. gadā – 497, 2023.gadā – 597, 2024.gadā – 336 mājdzīvnieki. Latvijā saskaņā ar Sugu un biotopu aizsardzības likumā noteikto kompensācijas par vilku postījumiem netiek maksātas, jo vilks ir medījama suga. Lai samazinātu vilku

**Īszinās**


nodarītos postījumus iedzīvotājiem, Zemkopības ministrija aicina veikt tādas izmaiņas vilku medību nosacījumos, kas piedāvātu situācijai atbilstošu vilku populācijas apsaimniekošanas sistēmu.

## Tiekas fizikas skolotāji

17.janvārī 9.-12.klašu skolēni Balvu Valsts ģimnāzijā piedalījās fizikas valsts 75.olimpiādes novada posmā, risinot paaugstinātās grūtības pakāpes uzdevumus, savukārt fizikas skolotāji pulcējās sanāksmē, kurā jomas koordinatore Ārita Andrejeva informēja klātesošos par plānotajām izmaiņām metodiskajā darbā, par iespēju skolotājiem katru mēnesi apmeklēt fizikas seminārus Latvijas Universitātes Eksakto zinātni un tehnoloģiju fakultātē.



04

ISSN 1407 - 9844

Laikraksts iznāk kopš 1950. gada 5. marta ● Nr. 5 (9678)

## Vārds žurnālistam

Irēna Tušinska

Sarunājoties ar probācijas dienesta vadošo probācijas speciālisti – nodalās vadītāju Ritu Salenieci, vēlreiz pārliecinājós, cik pašazlīdzīgi cilvēki strādā šajā iestādē. Sabiedrībā, kurā, iegrīmuši savās ikdiens rūpēs, nevēlamies nodarboties ar mazāk veiksmīgu cilvēku problēmām, probācijas dienesta darbinieki un brīvprātīgie, kas viņiem palīdz, ir zelta vērtē. Nav daudz cilvēku, kuri, pārvarot iesakņojušos aizspriedumus, spēj nenosodīt un nekritizēt, tā vietā sniedzot palīdzīgu roku tiem, kam paslīdējusi kāja. Mēs labprāt atbalstām talantīgos un prasmīgos, rūpējamies par nelaimē nonākušajiem vai sliktos apstākļos dzīvojošiem bērniem, jo tas ir pareizi, to sauc par labdarību. Tani pašā laikā, pagriezot galvu uz otru pusī, vienaldzīgi paejam garām renstelē nokritušam, nevīzigi apgērbtam cilvēkam, jo uzskatām tādus par sabiedrības pabirām, kas paši vainīgi pie savām nelaimēm. Bet, iespējams, brīdi, kad šo postā aizlaisto dzīvi vēl varēja pavērst citā virzienā, viņam pietrūka atbalsta pleca un reālas palīdzības. Tādēļ noliecu galvu cilvēku priekšā, kuriem pietiek spēka un vēlmes, iesaistoties probācijas dienesta brīvprātīgajā darbā, nenosodot un netiesājot palīdzēt tiem, no kuriem citi nepatikā novēršas. Varu tikai cerēt, ka tādu palīgu skaits mūspusē tikai pieauga.

## Latvijā

**Sācies "Kilograms kultūras 2024" ziemas balsojums.** 16.janvārī sācies Latvijas Sabiedriskā medija gada balvas kultūrā "Kilograms kultūras 2024" ziemas balsojums. Tas būs aktīvs līdz 27. janvārā pulksten 23.59 sabiedriskā medija portālā LSM.lv. Žūrija ziemas balsojumā izvirzījusi kandidātus desmit kategorijās – "Mūzika", "Kino", "Teātris", "Vizuālā māksla", "Literatūra", "Popkultūra", "Starts", "Mantojums", "Pārsteigums" un "Notikums". No katras kategorijas tikai vienu darbu, kas saņems lielāko sabiedrības atbalstu, izvirzīs fināla balsojumam. Finālam izvirzītos darbus paziņos 29. janvārī.

**Saeima vērtēs, vai noteikt Lāčplēša dienu par oficiālo svētku dienu un brīvdienu.** Parlaments 6.janvārī nolēma no iedzīvotājiem saņemto priekšlikumu nodot padzījinātai vērtēšanai Cilvēktiesību un sabiedrisko lietu komisijā. Iniciatīvas autori – vīru kopa "Vilki" – aicināja Lāčplēša dienu, kad Latvija piemin varoņus un svīn uzvaru pār Bermonta karaspēku, noteikt par brīvdienu, jo šīs dienas svarīgā nozīme Latvijas vēsturē tiek pieminēta, taču iedzīvotājiem nav nodrošināta iespēja to pilnvērtīgi atzīmēt un godināt mūsu valsts brīvības cīņas kritušos varoņus. Iniciatīvu atbalstīja vairāk nekā 11 000 iedzīvotāju.

**Pieaug sezonālās gripas izplatība.** Gripas izplatībai turpinot pieaugt, lielāko saslimstību novēro Rīgā un Jēkabpils novadā, liecina Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) monitoringa dati. Gripas izplatības intensitāte vidēji veido 168,1 gadījumu uz 100 000 iedzīvotājiem un pakāpeniski turpina pieaugt. Ambulatorajās iestādēs gripas gadījumi reģistrēti visās desmit monitoringa teritorijās, no tām četrās gripas intensitāte ir palielinājusies līdz vidējam līmenim. Vislielākais gripas gadījumu skaits reģistrēts Rīgā. Tai ar augstāko saslimstību seko Jēkabpils, Valmieras novads, kā arī Jūrmala un Liepāja.

**Latvijā otro mēnesi pēc kārtas jaundzimušo skaits ir mazāks par tūkstoti.** Latvijā pagājušā gada novembrī otro mēnesi pēc kārtas reģistrēto jaundzimušo skaits bija mazāks par tūkstoti, liecina Centrālās statistikas pārvaldes publiskotie provizoriskie dati. Novembrī Latvijā reģistrēti kopumā 940 jaundzimušie, kas ir par 12,9% jeb 139 mazāk nekā 2023.gada attiecīgajā mēnesī, tostarp reģistrēti 458 zēni un 482 meitenes. 2024.gada novembrī Latvijā reģistrēto jaundzimušo skaits bija arī mazāks nekā oktobrī, kad reģistrēja 994 jaundzimušos, kas pirmo reizi mēneša laikā bija mazāk par tūkstoti.

/Ziņas no www.lsm.lv un www.tvnet.lv/

## Seminārs Mācās būt sabiedriski aktīvi



Foto - I.Tušinska

Irēna Tušinska

**16.janvāri Balvu muižā norisinājās seminārs "Esam nākotnes veidotāji", kurā Zemgales NVO centra valdes priekšsēdētājs, Jelgavas domes deputāts, kurš nevalstisko organizāciju sektorā darbojas ilgāk nekā 20 gadus, ULDIS DŪMIŅŠ kopā ar klātesošajiem noskaidroja, – vai ir viegli būt iesaistītiem? Semināra pirmajā daļā lektors atklāja, kāda ir nevalstisko organizāciju ietekme uz sabiedrību, ko nozīmē pilsoniska sabiedrība, kādās jomās darbojas nevalstiskās organizācijas Latvijā, kas ir šo organizāciju dialoga partneri, kā arī – kādās ir sabiedrības līdzdalības iespējas pašvaldības un valsts līmenī. Savukārt otrajā semināra daļā klātesošie pievērsās ne vien projektu finansēšanas jautājumiem, bet, sarikojot "Ideju tirgu", mācījās sadarboties savā starpā, ġenerējot konkrētas idejas. Tāpat klātesošajiem bija iespēja pieslipēt projektu rakstīšanas pieredzi, lai tā rezultētos ar atbalstītiem projektiem.**

Iepazinušies un mazliet pastāstījuši katrs par savu darbības sfēru, semināra dalībnieki ar interesi noklausījās U.Dūmiņa stāstījumu, kurš dalījās savā divus gadu desmitus ilgušajā pieredzē nevalstiskajā sektorā. Būdamas arī Jelgavas domes deputāts, U.Dūmiņš pastāstīja, kuras ir efektīvākas nevalstiskā sektora sadarbības formas ar pašvaldību un valsti, kā arī atklāja ietekmes sviras, lai efektīvāk panāktu savu ideju un vajadzību realizēšanu.

Lektors atklāja, ka Latvijā ir ļoti daudz nevalstisko organizāciju – 27 tūkstoši: "Tas ir vairāk nekā Norvēģijā un Zviedrijā. Uz katriem 90 iedzīvotājiem mums ir viena NVO. Turklat nodibināt biedrību ir ļoti viegli. Manā pieredzē ātrākais, kad tas notika, bija divas dienas." U.Dūmiņš pastāstīja par sabiedrības līdzdalības līmeniem un iespējām sadarboties ar pašvaldību un valsti: "Vienu no līdzdalības formām ir dalība pašvaldību izsludinātajās sabiedriskajās apspriedēs. Ja esat sašutuši par kādu pašvaldības līemumu, jājautā, vai esat piedalījušies tā sabiedriskajā apspriešanā?" Kā vienu no līdzdalības formām lektors minēja arī brīvprātīgo darbu – gan vietējā, gan starptautiskā līmenī.

U.Dūmiņš atklāja kādu ne visiem zināmu faktu par iespēju komentēt arī Saeimas likumprojektus: "Ministru kabinetā izveidota mājaslapa, kurā jebkura organizācija, jebkura juridiska persona Latvijā var nokomentēt Ministru kabineta likumprojektus. Taču vakar uzzināju, ka no 27 tūkstošiem nevalstisko organizāciju savus atzinumus sniedz tikai trīs. Ja nepatik Ministru kabineta noteikumi, pajautājiet sev, – vai mēs kaut ko izdarījām?" Lektors ieteica aktīvi komentēt un piedalīties dažādu likumu un līemumu projektu apspriešanā: "Jūs kļūsiet pamanāmi. Jebkurš projekta vērtēšanas process ir subjektīvs, jo ikviens vērtē pēc tā, ko zina par konkrētu cilvēku vai organizācijas aktivitātēm. Ja būsiet pamanīti, tas jums nāks par labu." Lektors atklāja, ka Saeimai ir sava interneta portāls, kurā var sniegt savus komentārus: "Papildus Saeima rīko ikgadējo NVO forumu, kurā varat satikties ar mūsu 100 gudrajām galvām, kas pieņem līemumus, un izteikt savas bažas."

Laba sabiedriskās līdzdalības forma un iespēja panākt vēlamo ir līdzdalības budžets pašvaldībās, kas kopš 2025. gada pašvaldībām jāatvēl iedzīvotāju iniciatīvu ištešanai. "Katrā pašvaldībā iedzīvotāji noteiktā kārtībā var iesniegt idejas, un, nobalsojot par tām, visvairāk atbalstītos ierosinājumus pašvaldībā būs pienākums ištenot. Minimālais līdzdalības budžets ir 0,1% no pašvaldības budžeta," piebilda lektors.

Kā vienu no iespējām ietekmēt pašvaldības līemumus U.Dūmiņš minēja kolektīvo iesniegumu: "Iedzīvotāji var

**Māca, kā ātrāk nonākt līdz mērķim.** Semināra laikā U.Dūmiņš atklāja, kādas ir nevalstisko organizāciju ietekmes sviras, lai efektīvāk panāktu savu ideju un vajadzību realizēšanu. Savukārt semināra otrajā daļā klātesošie mācījās sadarboties un ġenerēt konkrētas projektu idejas.

izteikt savu vēlmi, savācot divsimt parakstu un iesniedzot kolektīvo iesniegumu, un tas automātiski nonāks apspriešanai domes sēdē. Pašvaldībai ir diezgan grūti šādus iesniegumus noraidīt, jo – no kā visvairāk baidās politiķi? No tā, ka iedzīvotāji par viņiem nebalsos."

U.Dūmiņš skaidroja: "Organizētai pilsoniskai sabiedrībai ir milzīga ietekme. Nevalstiskās organizācijas ietekmi nosaka gan tās biedru skaits, gan organizācijas resursi, tās rīkotās aktivitātes, piemēram, konferences, kā arī organizācijas atpazīstamība." Viņš atklāja interesantu piemēru, ka Jelgavas ietekmīgākā sabiedriskā organizācija ir pensionāru biedrība, kurā līdzdarbojas aptuveni 420 biedri: "Katrai gadu biedrība rīko vissmaz trīs konferences, darba kārtībā iekļaujot dažādus ar izpildvaru saistītus jautājumus. Seniori ir publīka, kas nekautrējas izteikt savas vēlmes. Vienā no konferencēm piecēlās kāda dāma un teica: "Ziniet, braucot uz šejieni, man gandrīz izkrita protēzes. Kad šis ceļš tiks salabots?" Komiski, bet ceļš tika salabots."

Lektors uzsvēra, ka svarīgi ir, kādā formā mēģinām ietekmēt lēmuma pieņēmēju. Diemžēl vienkārši nosūtīt e-pasta vēstuli ar savām vēlmēm var nenostrādāt. "Ja vēlaties būt atpazīstami arī ministriju līmenī, paskatieties, kādas konsultatīvās padomes vai memorandi ministrijās ir pieejami," ieteica U.Dūmiņš.

Kā vienu no iedarbīgākajiem savu mērķu panākšanas veidiem lektors minēja piketu: "Tas nav nekas peļams. Tā ir pilsoniskās līdzdalības forma. Ja lēmumu nepieņem, panemam plakātu, aizejam un nostājamies pie pašvaldības ēkas. Latvijas pašvaldībās, kurās notikuši piketi, tie lielākoties rezultējušies ar panākumiem." U.Dūmiņš atgādināja, ka, dzīvojot tik mazā valstī kā Latvija, ir iespēja arī personīgi tikties ar ministriem un pat Valsts prezidentu, lai apspriestu sasāpējušus jautājumus. Kā vienu no pilsoniskās sabiedrības stūrakmeņiem viņš minēja arī neatkarīgo presi: "Neatkarīgie plāssaziņas līdzekļi Latvijā šobrīd ir diezgan vāji. Viens no iemesliem ir tas, ka pastāv pašvaldību preses izdevumi. Taču demokrātiskai sabiedrībai neatkarīgie plāssaziņas līdzekļi ir svarīgi, jo tas ir pilsoniskās sabiedrības palīgs." Sabiedriskās līdzdalības forma ir arī dalība domes un komiteju sēdēs, ko ikviens var klausīties attālināti, kā arī iesaistīšanās iedzīvotāju konsultatīvajās padomēs.

Tāpat semināra laikā U.Dūmiņš paskaidroja, kādās jomās var darboties NVO, kā arī nosauca šo sabiedrisko organizāciju dialoga partnerus. Savukārt otrajā semināra daļā U. Dūmiņš kopā ar klātesošajiem ne vien noskaidroja ar NVO projektu finansēšanu saistītus jautājumus, bet arī, sarikojot "ideju tirgu", mācījās sadarboties, kā arī ġenerējot konkrētas idejas. Lektors palīdzēja arī pieslipēt projektu rakstīšanas pieredzi, lai tā rezultētos ar atbalstītiem projektiem.

"Ziemeļlatgales partnerības" pārstāvē Ieva Leišavniec pārliecināta, ka šādi semināri noderīgi ikvienam novada iedzīvotājam, ne tikai biedrībām un nodibinājumiem: "Cenšamies rīkot seminārus un forumus pēc iespējas biežāk, lai izglītotu sabiedrību par iespējām. Tādos varam gan atsvaidzināt iepriekš iegūtās, gan iegūt jaunas zināšanas par pilsoniskās līdzdalības veicināšanu, kā iedrošināt cilvēkus būt aktīviem, lai katrs uzdrošinās izteikt savu viedokli, piedalīties aktivitātēs, nākt ar saviem priekšlikumiem un iniciatīvām, ar saviem projektiem. Tas veicina arī "Leader" pieejas atpazīstamību. Cilvēki, apmeklējuši semināru un pamācījušies par līdzdalību, saprot, kā piesaistīt finansējumu no dažādiem fondiem, un sāk aktīvi darboties." Ieva uzskata, ka semināri ir ne tikai laba iespēja gūt zināšanas, bet arī iepazīties ar līdzīgi domājošiem cilvēkiem un dibināt jaunus sadarbības kontaktus.

**Kā vērtējat Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku jauno logo?**
**Viedokļi**

# Svētkus vajag svinēt, nevis par tiem krenķēties


**SANDRA KINDZULE**, Balvu novada domes deputāte

Šogad vasarā gaidāmo Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku vizuālās identitātes elementi atsevišķā sabiedrības daļā sacelusi vētru un viedokļu apmaiņu ne pa jokam. Izskan gan argumentēti un vērā ņemami viedokļi, gan daudzbalsiga klaigāšana zem mūžsenā virsraksta "Viss slikti!". Ja jūs jautājat man, vai šis logo patik, atbilde skan tā, – pirmkārt, līdz brīdim, kamēr sabiedrība par to nebija sākusi *cepties*, jāsaka godīgi, es par to īpaši neinteresējos un nedomāju. Otrkārt, arī šobrīd, kad esmu rūpīgi papētījusi

gan vizuālas identitātes tapšanas stāstu, gan redzējusi svētku simbola pielietojumu dzīvē, nevaru viennozīmīgi pateikt, tas man patik vai nē. Treškārt, tas, vai logo patik man, absolūti nenozīmē to, ka logo ir labs vai slīkts, svētkiem atbilstošs vai nē. Lai gan esmu cilvēks, kuram ir ļoti svarīgi, piemēram, kā izskatās ne tikai ziedi, bet arī vāze, kurā tie ir ievietoti, svētku simbola lieta šoreiz man šķiet sekundāra un stipri pārspilēta. Papētot informāciju gan par cilvēkiem, kuri, es gribētu teikt, ieguldījuši lielu darbu, lai izstrādātu svētku vizuālo identitāti, gan tiem, kuri to vērtējuši, viennozīmīgi varu apgalvot, ka man nav pamata apšaubīt ne viņu profesionalitāti, ne spēju radīt ko tādu. Es paļaujos uz to, ko savas jomas profesionāli ir paveikuši, un mani pietiekami labi uzrunā vizuālās identitātes paskaidrojošā daļa. Es saprotu, par ko ir runa un ko cilvēki, kas to radījuši, ar to vēlējušies pateikt.

Negatīvi noskaņotā auditorija balstās uz pieņēmumu, ka logotipam ir jābūt tādam, kur viss ir skaidrs bez vārdiem. Varbūt. Taču grūti pārliecināt cilvēku redzēt kaut ko citu, ja svētku logo viņš saskata tikai un vienīgi zarnu rituli vai siltumnīcas šķūteni. Skatoties uz svētku logo, manī šādas asociācijas ne mirkli nav bijušas.

Runājot arī par naudām un zinot, cik pārasti viss maksā, kur pasūtītājs ir valsts vai pašvaldība, šīnī gadījumā pat esmu patīkami pārsteigta. Tik vērienīga pasākuma vizuālās

identitātes tapšana no idejas līdz gala rezultātam noteikti nav ne vienas dienas un ne viena cilvēka darbs. Tādējādi man šķiet, ka arī izmaksas ir pietiekami adekvātas. Es tiešām skeptiski ieteiku palasīt un paskatīt svētku mājaslapā visu, kas saistīts ar šo tēmu. Esmu pilnīgi pārliecināta, ka daudziem no viņiem domas mainītos, jo tur saskatāma krāsainība, dzivesprieks, kustība, enerģija. Tas ir viss, ko mēs sagaidām no šiem svētkiem. Ir jāsaprot, ka pasaule mainās, un mums jāprot ar cieņu pieņemt visu, kas mainās tai līdzi.

Svētku dalībnieku un pasākumu spektrs ir ļoti plašs. Svētkos piedalīsies koru un vokālo ansambļu dziedātāji, tautas un mūsdienu deju dejotāji, pūtēju un simfonisko orķestru muziķi, folkloras kopu un tautas mūzikas ansambļu dalībnieki, akordeonisti, koklētāji, jaunie mākslinieki, aktieri. Bērni ar aizrautību un azartu gatavojas šim notikumam, kamēr vesela armija *divānu ekspertu* atkal gaužas par to, cik viss slikti un nelabi! Vēlos piebilst, ka visiem manis uzrunātajiem jauniešiem patik gan svētku radišanas-gaidīšanas prieks, gan laimīgi-nelaimīgais logo, kas pēdējā laikā tik ļoti nodarbinājis daudzu pieaugušo prātus. Pati nekad neesmu bijusi svētku dalībniece, bet kā mamma savus bērnus esmu gatavojusi daudziem. Arī uz šiem. Zinu, cik pamatīgs darbs ilgā laika periodā ieguldīts no visām iesaistītajām pusēm. Vinnijs Pūks teicis, ka brīdis pirms medus ēšanas esot vissaldākais. Mans aicinājums, – visi kopā pamēģinām to

nesabojāt! Lai gan paredzu, ka gan jau vēl būs daudz negāciju gan par bīlešu tirdzniecību, gan repertuāra izvēli, gan pasākumu norišu laikiem. Ir skaidrs, ka visiem viss vienlīdz labi nebūs nekad, bet tiekties uz to taču mēs varam. Svētki ir domāti, lai tos svinētu, nevis lai par tiem krenķētos, tāpēc vēlos teikt, lai skaists un mierīgs visiem atlikušais ceļa posms uz lielo notikumu!

**Fakti**


- "Zarnu trakta fragments", "pus-sprādzis lentenis karnevālā", "Railbaltica sliedes" – šādi un citi epiteti pēdējās dienās veltīti šovasar gaidāmo 13. Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku logotipam. Svētku simbolika aprītē ir jau apmēram pusgadu, taču, šķiet, dažos sabiedrības slānos tikai tagad pamanīta. Tās autori ir dizaina studijas "Kid design" mākslinieki, kas anonimā konkursā pārliecināja svētku radošo padomi un par darbu saņēma 12 tūkstošus eiro.

- Portāla "Facebook" profilā ar nosaukumu "Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētki" lasāms, ka šis grafiskais simbols ir daļa no XIII Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku vizuālās identitātes. Simbolā ietvertie elementi ir mainīgi, kopā veidojot dažādu līniju ritmu un pielāgojoties vizuālajam materiālam. Tie simbolizē katru dalībnieku spēku, talantus, darbus un personības. Katram liekot klāt daļiņu no sevis, tiek iegūta nebeidzami plūstoša svētku rota. Līdzās svētku nosaukumam nemainīga vērtība jau kopš 2005.gada ir svētku sauklis "Nāc gavilēt!".

- Svētku sauklis "Nāc gavilēt!" pirmo reizi tika lietots 2005.gadā. Kopš XII Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkiem rīkotāji nolēmis saukli nemainīt un lietot to kā svētku nemainīgo komunikācijas elementu.

- XIII Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētki notiks 2025.gada jūlijā. Pēc pasākuma rīkotāju aplēsēm tajos piedalīsies līdz 40 000 dalībnieku un apmeklētāju skaits pārsniegs 300 000.

dziesmu svētki nav sveši, tad tas nu nav izdevies logo. Ja vien tas nesimbolizē valdošo atrautību no tautas – mēs dzīvojam savā lokā, jūs – ārpusē. Pat, ja šķiet, ka esat iekšpusē, tad tā ir tikai cilpa. Nu tad tas ir izdevies.

Viedokļus uzsklausīja S.Karavočika


**JĀNIS LOČMELIS**, Kubulu pagasta iedzīvotājs

Kad pirmo reizi to ieraudzīju, nesapratu, kāds tam bezformīgajam sakars ar skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkiem. Un tad vēl klāt pieliktās izmaksas. Par tām, starp citu, tika runāts jau pagājušajā gadā, bet tādas aiziotāzas gan nebija.

Es neesmu nekāds mārketinga vai vizuālās identitātes izvērtēšanas eksperts, tādēļ varu runāt tikai 'patik' vai 'nepatik' kategorijās. Bet tādi jau esam vairums. Un tā nu iznāk, ka profesionāļi cenšas mums pierādīt, ka viņi zina, ko, kā un kāpēc mums vajag. Bet šoreiz izskatās, ka ir misējies. Saprotu, ka ideju konkursā noticis jau 2022. gadā, kurā uzvārējusi tukumniece Estere Peipa (interesanti, kādas bijušas konkursa uzvarētājas idejas), bet tālāk pie lietas kērušies profesionāļi. Vai profesionāļi? Es nenoliedzu, ka pīnīšu, prievišu

motīvi ir piederīgi dziesmu svētku tradīcijām, bet, ja stilizācija ir padarījusi tos tik nebaudāmus pašā logo, vai ir bijis to vērts? Un tas šķiet tik sarežģīts, tātad arī izmantošanā un izgatavošanā dārgāks. Turklat šobrīd, šķiet, ir tendence logo padarīt vienkāršus – paskatīties uz dažādu pasaulē pazīstamu zīmolu simboliem. Bet varbūt ministrijās nav nonākusi ziņa, ka vārdi "naudas ir tik daudz, kā nekad" vairs nav aktuāli?

Būtu jau labi, ja dziesmu svētku logotipos būtu kādi vizuāli elementi, kas ietu cauri laikam. Vai tam ir jābūt tikai tekstam? Nezinu, bet tie diezin vai ir uz vadiem neveiksmīgi uzliktais termoizolācijas attēli vai kāds anatomisks "izkrāso pats". Tiesa, logo veidotāji "KID Design" direktora Arņa Artemoviča vārdiem pateikuši, ka sabiedrības viedoklis viņiem nav būtisks, jo ne jau visi ir kritiski, un viņi esot lietas izdarījuši 2-5 reizes lētāk, nekā pienākto. Te gan nāk prāta "Vivi", kas arī ar taupīšanu neizcejas, bet logo izstrādei publiski bija nosaukts skaitlis 3900.

Dažādu līmeņu amatpersonas neuzdrīkstas izteikt savu viedokli, jo baidās tapt kritizēti paši vai pat domā, – ja "paturēsim ciet muti", tad kādu reiz, kad paši lidzīgi izdarīsim, arī citi, kuru vārdam kāds svars, neko neteiks. Tikai netiek ņemts vērā, ka šādi sīkumiņi sumējas un kādā brīdī izveidosies lavīna, kas nešķiroš – savējais vai svešais. Diemžēl arī vairāk šķiet, ka iet postā gan dziesmu svētku, gan citas tradīcijas, ko gribētu saukt par savējām. Ko dos dārgi izstrādāti logo, nostādnes, grezni tautas tēri, pat "Sidraba birzs", ja nebūs pašu dziesmu svētku? Tieši izšķērdēti gan naudas, gan cilvēku, gan tīcības nākotnei resursi. Ja pie mums, Balvu novadā, pagājušajā gadā piedzima nedaudz pāri simtam bērnu, bet šī brīža visas Latvijas ten-

dence ir zem tūkstoša mēnesi, tad sapnis par pieaugušo dalību skolēnu, vēlāk arī "lielajos" svētkos paliks arvien tālāks. Un tā simboliski, ka izmaksas uz logo ir aptuveni pa vienam eiro no katras Latvijas jaundzimušā.

Viss tik ļoti tiek pārvērst "pirk" un "pārdot" kategorijās, arvien mazāk paliek patiesa prieka, tad vēl atnāk septiņi izraut pēdējos priekā dzinumus un līdz galam izkaut entuziasmu. Un, kā atceros, ka dziesmu svētku dalībniekiem ņēma nost līdzpanēmās dzērienu pudeles, jo garšot drīkst tikai sponsora ražotos šķidrumus...

Bet ir arī sajūta, ka šī informācija ir pasviesta, lai notikumi ap šo *kaulinu* informācijas kaujas suņu arēnā novērstu uzmanību no kādām citām lietām. Galu galā dziesmu svētki ir tuvāki un saprotamāki, nekā atkal kāds pa sliedēm aizripojošs vai varbūt pa gaisu aizlidojis miljardiņš.

Vismaz reizēm ir jāspēj pateikt, ka "karalis ir kails", jo acu-ausu-mutes pievēršana vien esošo problēmu neatrisina. Kultūras un Izglītības ministrijām un to darbiniekim izšķērdīga rīcība godu nedara. Pat, ja par to netiek prasīta atbildība. Un gan jau *profesionāļi* pierādīs, ka viss bija pareizi. Un turpinās tādā pašā garā kaut nākotni, jo pārāk daudzi akli, kurli un mēmi turpinās sist plaukstas vai piekrītoši māt. Ej nu sazini, vai pat varēs būt zēnu (vīru) un meiteņu (sieviešu) kori? Bet šīs situācijas kontekstā man pašam tagad ir radušies pāris jautājumi: interesanti, kādas izmaksas bijušas iepriekšējo dziesmu svētku logo izstrādei? Ja draņķi pārīdod par lielu naudu, vai tiešām draņķis ir lielas naudas vērts?

Skaidrs ir tas, ja logo būtu veiksmīgs, tad laikam pat nekādu kīviņu nebūtu, bet, ja tā jēga ir gari un plaši jāskaidro pat tiem, kam

# Daktere, kas palīdz atgūt veselību

Sanita Karavoičika

**“Man patīk risināt ar veselību saistītās problēmas, tādēļ ļoti liels prieks, kad pacients atnāk un saka, – es jūtos labāk. Tas ir vislielākais gandarijums, ka esmu palīdzējusi atgūt veselību vismaz kaut kādā pakāpē, ja ne pilnībā. Latvijā neviens ārsts nestrādā par ārstu tikai naudas pēc, jo mūsu valstī algas nav tādā līmenī kā ārzmēs. Tas ir sirds darbs un sirdslieta. Acīmredzot mēs šajā pasaulē esam nākuši darīt labu,” teic jaunā ģimenes ārste SABĪNE FELDMANE, kura pirms Ziemassvētkiem Vilākā uzsākusi darbu savā ģimenes ārsta praksē.**

**Pēc dažām dienām apritēs mēnesis, kopš vadāt savu ģimenes ārsta prasi. Ar kādām sajūtām ik rītu dodaties uz darbu?**

– Godīgi sakot, pagaidām ir ļoti liela pacilātība. Darba daudz, pacientu arī. Cenšos aptvert visu, kas jādara, jo ģimenes ārsta prakses vadītājas lomā vēl neesmu bijusi. Bet, šķiet, pagaidām viss sanāk, arī pacienti ir apmierināti. Nevaru sūdzēties ne par ko, uz darbu dodos ar prieku.

**Kāda bija pirmā diena jaunajā vietā?**

– Pirmā bija pārbaudījumu diena, ļoti haotiska, jo, mainot interneta pieslēgumu uz manu vārdu, tas nedarbojās, pēc tam radās problēma ar pacientu taloniem, kas jāievada sistēmā, un čekiem. Tad vēl bija kuriozs, ka pacienti gāja uz aptiekū pēc receptēm, bet tur nezinākādēļ rādijs mans pirmslaulību uzvārds, ar kuru nekur neesmu bijusi reģistrēta kā ārste. Bija problēma pēc problēmas, un pēdējās gada dienas diezgan haotiski arī pagāja. Bet labā ziņa tā, ka ar jauno gadu viss sakārtojās.

**Esat visīstākā rīdziniece – dzimusī, augusi, skolotājus Rīgā. Kas Jūs atveda uz Latgales pierobežu?**

– Mans vīrs. Ja gribat teikt kādam paldies par to, ka es te atrodos, tad jums jāsaka paldies vijam. Savādāk nezinu, kur šobrīd būtu. Rit jau vienpadsmītīs gads, kopš dzīvoju Rugājos, dēls iet 1.klasē, bet meitiņa, kurai pusotrs gadiņš, vēl dzīvojas pa mājām.

**Nebija grūti pieņemt lēmumu pārcelties uz laukiem?**

– Rīga ir savi plusi un mīnus, tāpat kā šeit. Dzīvojot laukos, man noteikti nepietrūkst sastrēgumu, nepietrūkst tā, ka ļoti mazs ceļa gabals jābrauc ļoti ilgi, neskumstu arī pēc milzīgās galvaspilsētas kādas. Esmu ļoti kārtīgs cilvēks, man nepatīk haotiska apkārtne. Šeit ir miers un klusums. Savukārt kā sieviete sapņoju, ka te varētu būt vairāk veikalui, taču arī tā nav problēma, jo var doties uz galvaspilsētu un iepirkties. Reizēm aizbraucu pie mamma uz Rīgu, padzīvoju 2-3 dienas, un ar to pilnīgi pietiek, lai uzņemtu Rīgas enerģiju un dotos atpakaļ.

**Kurā brīdī sapratāt, ka turpmāko dzīvi vēlaties saistīt ar medicīnu?**

– Dzīmtā mums nav neviens medīķa, ir ļoti daudz sportistu un citādu nozaru pārstāvju. Bet, cik vien sevi atceros, visu apzināto dzīvi esmu gribējusi būt par ārsti. Kopš piecu gadu vecuma diezgan ilgu laiku saprōju kļūt par zobārsti, tad pa-augos un šķita, ka tas patiesībā ir diezgan nepatīkams darbs, jo cilvēkiem mutes un zobi stāvoklis ir dažāds. Pēc tam nolēmu, ka būšu vienkārši ārste – tad vēl nezināju, kāda, jo līdz vidusskola idejas bija visādas. Protams, studējot domas joprojām maiņās, bet par ģimenes ārsti izvēlējos kļūt, lai man būtu kaut kas siks, lai varu organizēt praksi, darbu, darbiniekus un kaut kādā ziņā būtu noteicēja pati sev.

**Pūrā no iepriekšējās ģimenes ārtes saņēmāt 1200 pacientus. Ar cik lielu daļu jau paspejāt iepazīties?**

– Pieraksts ir pilns katru dienu un pat nedaudz uz priekšu, kas mani pārsteidz, jo tādu atsaucību negaidīju. No otras puses, tas ir ļoti labi, ka cilvēki nāk, jo es varu viņus apskatīt, iepazīt, izjautāt par saslimšanām. Ir ļoti svarīgi, ka hroniskais pacients atnāk un es viņu kaut reizi redzu. Lai nav tā, ka viņam tiek izrakstītas zāles, un es pat nezinu, kam rakstu un kādēļ. Varbūt kaut kas jāmaina, un tā arī ir, ka vienam otram terapija jākorigē. Bet 1200 pacientu praksei nav ļoti daudz, labprāt gribētu vairāk. Manuprāt, 1500-1600 būtu optimāls skaitlis, jo pie 2000 pacientu darba kvalitāte jau var sākt mazliet cieš. Tas ir liels darba apjoms, līdz ar to arī personāls vajadzīgs lielāks. Taču tādā sastāvā, kādā esam tagad, noteikti vēl varam paplašināt pacientu pulku. Ir, uz ko tiekties.

**Ko pacienti saka, ieraugot jauno ģimenes ārsti?**

– Lielākoties pacienti šo faktu jau zina. Mums mainījies telefona numurs, viņi zvana, māsiņas stāsta, ka ģimenes ārste Ruta Muraškina vairs nestrādā un tagad ir jauna daktere. Man prieks, ka daktere Ruta aizgāja ar lielu ievēribu – viņas darba mūža noslēgumu vēl skaistāku padarīja valsts apbalvojums un brauciens pie prezidenta. Jā, pacienti nāk, un es pagaidām nejūtu, ka kads no manis baiditos. Lielākā daļa ir pozitīvi

noskaņoti un grib iepazīties, citi nāk speciāli tikai iepazīties, kas arī ir ļoti jauki.

**Iesaistīt jaunos ārstus darbam reģionos paliek ar-vien grūtāk. Kādēļ ir tik maza vēlme strādāt laukos?**

– Ja cilvēks pieņem lēmumu braukt uz vietu, kur viņam nav nevienna tuvinieka un nekā, tas ir ļoti drosmīgs solis. Nezinu, kam dzīvē jānotiek un kas jāmaina, lai tādu pieņemtu. Taču biežāk sastopamie varianti, kāpēc speciālists nonāk laukos, ir divi – vai nu viņam tajā vietā parādījusies ģimene, vai viņš tur dzimis, aizbraucis studēt uz Rīgu un grib atgriezties. Svarīgs faktors, kāpēc jaunie ārsti izvēlas doties uz reģioniem, ir arī atalgojums, jo samaksa bieži mēdz būt lielāka nekā Rīgas slimīnā, arī iespēju vairāk. Reģionos nav tik daudz speciālistu, līdz ar to var vairāk uzņemties izdarīt, ieviest kaut ko inovatīvu, jo nav tik milzīgas konkurencēs. Bet, lai strādātu reģionā, īpaši par ģimenes ārstu, vajadzīgi ļoti lieli līdzekļi. Tas nav tūkstotis, tie ir desmiti tūkstoši eiro, lai sāktu visu no nulles. Paldies Dievam, daktere Ruta man atstāja gandrīz visu, bet tik un tā, pārņemot praksi, bija diezgan lieli izdevumi. Pašlaik jaunajiem speciālistiem, kuri pārceļas strādāt ārpus Rīgas, valsts piedāvā vienreizēju kompensāciju, bet, kamēr to saņem, paitet vairāki mēneši. Tam vajadzēja būt tūlītējam atbalstam, lai var izmantot uzreiz.

**Kāda, Jūsuzprāt, ir ideāla ģimenes ārsta prakse?**

– Tā noteikti ir prakse, kurā pacienti nāk pēc pieraksta, nevis tā, kā viņiem ienāk prātā, jo tādā veidā viņi apzog sevi – cilvēkiem ir jāgaida, par ko viņi bieži pauž neapmierinātību, bet ar to jārēķinās. Protams, ir akūtās stundas, kad drīkst nākt ar akūtām sūdzībām, mazos bērniņus līdz gada vecumam vienmēr pieņemam bez rindas. Pieraksts ir sava veida rūpēšanās vienam par otru, jo, ja mēs nepierakstāmies, tad ir haoss. Ideāla prakse būtu arī tāda, kurā par visiem pacientiem tiek ļoti piedomāts, visi apčubināti, pārbaudīti, vai veikti profilaktiskie skrīningi, vai saņemtas visas potes. Protams, darba apjoma dēļ reizēm šis tas paslid garām, kas nav labi, bet tā ir cilvēciskā līķūda. Neiztikt arī bez labas komandas. Ideālā ārsta praksē jābūt personālam, kas savā starpā saprotas, kur nav antipātiju vienam pret otru. Tas ir stūrakmens visam, lai pacients jūtas aprūpēts un arī mums savā starpā būtu viegli strādāt. Lai nav jānāk uz darbu kā uz mocību vietu.

**Un kāds būtu ideālais pacients?**

– Tāds, kurš neslimo. Bet diemžēl slimību ir daudz un visādās, un tās ir neparedzamas. Ideālais pacients ir tāds, kurš par sevi rūpējas, kurš saprot, ka smēķēt un lietot daudz alkoholu ir kaitīgi, saprot, ka jāievēro veselīgs uzturs. Ja viņš savā labā var izdarīt to, kas ir ietekmējams, tas vien ir ļoti daudz. Savukārt to, ko nevar ietekmēt, mēs centīsimies atrisināt kopā. Cilvēki ir dažādi. Ir, kuri ļoti seklo līdzī savai veselībai, bet tikpat daudz arī tādu, kuri pasaka, – man vienalga, es jūtos labi, bet atnāk, piemēram, ar ļoti augstu asinsspiedienu, kas ir liels riska faktors. Izrakstām zāles, bet realitātē tās netiek dzertas. Reizēm pacienti rīkojas pavisam viltīgi, jo es datorā ļoti labi redzu, kurš savas zāles iznēmis, kurš – nav. Viņi tās aptiekā paņem, bet nedzer. Iet visādi, bet nevajag būt pašam sev par ienaidnieku. Ja ārsts uzskata, ka medikamenti ir vajadzīgi, tātad vajadzīgi. Un īpaši stāsts ir virēši. Daļa par sevi ļoti rūpējas, un tas ir apsveicami, bet ir arī tādi, kuri uzskata, ka viņi ne ar ko neslimo, jo tācū jūtas labi. Uztraukties sāk tad, kad notiek kaut kas acīmredzami nopietns. Bet tad jau ir par vēlu, jo jāārstē sekas. Vīrieši lepojas, ka 40 gadus ne reizi nav bijuši pie ārsta un slimojuši. Bet viņiem nereti tikai liekas, ka nav slimojuši. Uztaisām analīzes un tad redzam, piemēram, paaugstinātu holesterīnu, cukura līmeni, izmēram – augsts asinsspiediens.

**Ir tā, ka zāles jālieto jo mazāk, jo labāk?**

– Tas atkarīgs no tā, ar ko cilvēks slimī. Ja ir hroniskas slimības, medikamenti jālieto. Ja to nedara, būs tikai slīktā, pieaug riski saslimt, piemēram, ar insultu, infarktu. Bet ir situācijas, kad pacienti pārāk aizraujas un sāk lietot dažādus uztura bagātinātājus, nezinot, ka, lietojot vienu vai otru medikamentu kopā, tie neuzsūcas un nedarbojas. ļoti slīkstīs stīls ir klausīties, kādas zāles dzer kaimiņiene, jo cilvēks jau nezina, ar ko viņa slimī. Tā nevajag darīt. Tāpat neiesaku reizē lietot vairākus uztura bagātinātājus bez ārsta rekomendācijām, jo tā ir pārslodze organismam. Tā vietā, uzskatu, ka pietiktū ar D vitamīnu, zivju eļļu, vīrusu sezonā – arī ar C vitamīnu. Bet dzert visu pēc kārtas, ko var nopirk aptiekā vai kāds ieteicis bez kaut kādām sūdzībām vai vajadzības, neieteiktu, jo tas jau nav ēdiens. Kaut gan saprotu, ka uztura bagātinātāji mūsdienās ir stila lieta.

**Cik bieži cilvēkam vajadzētu iziet “tehnisko apskati”? Daudzi saka, – man nekas nesāp, ko es tur iešu...**

– Man nekas nesāp, – tas ir ļoti bīstams jēdziens, jo sākuma



Foto - no personīgā arhīva

**Jūtas gaidīta.** Ģimenes ārste Sabīne Feldmane atzīst, ka jaunie speciālisti lauku reģionos jūtas ļoti gaidīti un teic: “Tā kā mūsu šeit trūkst, varētu teikt, ka esam kā aborigēni – reti eksemplāri. Un par katru jauno speciālistu, kurš ierodas laukos, ir liels prieks, jo notiek paaudžu maiņa. Trūkums varētu būt tas, ka atrodamies tālu no galvaspilsētas, kas ir slīkti pacientiem, kuri jānosūta uz izmeklējumiem, kas reizēm pieejami tikai lielajās pilsētās. Nākas sastapties arī ar to, ka pacientam nav, ar ko noklūt uz izmeklējumu, vai saslimšanas dēļ viņš nav fiziski spējīgs noklūt izmeklējuma vietā.”

stadījā nevienna saslimšana tiešām nesāp. Plaušu audzējs nesāp, smadzeņu audzējs nesāp. Ja sāk sāpēt, tad tas, iespējams, jau ir izplatījies, un tas ir slīkti. Reizi gadā vajadzētu parādīties savam dakterim un kaut vai izmērit asinsspiedienu, uztaisīt pilno asins ainu. Nereti pacientiem ir ieradums atnākt un palūgt sataisīt visas asins analīzes. Laboratorijas analīžu lāpā tādu ir simtiem! Kuras – visas? Tā nedrīkst, jo katras analīze paredzēta kaut kam, bez vajadzības to darīt nevajag. Reizi divos gados būtu vērts uztaisīt plaušu rentgenu, jo tuberkuloze diemžēl nekur nav pazudusi. Un, protams, nevajag aizmirst arī par vakcināciju, kas tagad daudzēm ir ļoti slīdena un pretrunīga tēma. Bet tas joprojām ir vienīgais veids, kā efektīvi izvairīties no infekcijas slimībām un smagas to gaitas.

**Vai var teikt, ka slimības līķust jaunākas?**

– Slimības līķust gudrākas, tās izdomā, kā apiet esošo terapiju. Piemēram, infekciju slimības paliek rezistentas pret antibiotikām, cukura diabēts bieži līķust arvien grūtāk kontrolējams, līdzīgi arī asinsspiediens. Saslimst arvien gados jaunāki pacienti. Tas varētu būt saistīts ar kaitīgajiem ieradumiem, nepareizu uzturu, modifīcētu pārtiku, bet to ir ļoti grūti pateikt.

**Cilvēkiem laukos dzīve nav viegla, maz par ko priecīties... Bet, slīkti jūtoties, arī slimības kēras kļāt.**

– Tā ir taisnība, mums it kā ir maz, par ko priecīties, bet tājā pašā laikā var atrast, ja grib. Ja sevi noskaņo, ka viss ir slīkti, tad tā arī būs. Kā teicis Imants Ziedonis, ir visādās mazas laimītes, un no tām mazajām mēs varam mēģināt sataisīt sev kādu lielāku. Man ļoti patika Valsts prezidenta Jaungada uzruna, kurā viņš uzsvēra, ka nevajag teikt, – kā ir, tā ir. Vajag darīt kaut ko, lai ir tā, kā jums gribas. Tad arī būs prieks. Nevajag palikt gaidītāja pozīcijā, jo neviens ar maisu neatnāks un to laimi neiedeos.

**Kas ir vislabākās zāles pārgurušai dakterei pēc ilgas un smagas darba dienas?**

– Tā kā man ir bērni, tad droši vien bērnu samījošana un tas, ka viņi pēc darba gaida mani mājās. Tas patiesām dod enerģiju. Man pašlaik vienkārši gribas kārtīgi izgulēties, jo meitīna vēl ir ļoti maza un viņai patīk celties katru dienu pulksten 5 no rīta. Darba dienā tas varbūt nebūtu tik traģiski, jo tāpēc ir jāceļas, bet sestdien ļoti gribas pagulēt. Manā gadījumā vislabākās zāles būtu kārtīga izgulēšanās – tik, cik gribas. Laba atpūta ir arī kopīgie ģimenes izbraucieni pie dabas vai uz kādām autosporta sacensībām, jo dēlam un vīram patīk autosports, vai vienkārši paceļot, ja ir iespēja un izdevība. Cenšamies pamainīt vidi, lai ikdienā nav vienmuļa un arī bērniem ir pārmaiņas.

## Ziema – malkas gatavošanas laiks

# “Divas pagales”, jo viena nedeg



Foto - no personīgā arhīva



Foto - no personīgā arhīva

**Toms.** Viņš vēlas iedrošināt citus cilvēkus, kuri ir darba meklējumos, lai noteikti izmanto visas iespējas, kuras sniedz NVA vai pašvaldība ar dažādiem projektiem. “Ja neredzat sevi kādā uzņēmumā, varbūt ir laiks radīt savējo? Lai izdodas!” novēl bērzpiliets.

**“Manā darbā tālrunis lielākoties guļ mājās, jo rokas aizņemtas ar zāgi vai cirvi,” teic bērzpiliets TOMS MADERNIEKS, kurš izveidojis uzņēmumu “Divas pagales” un labprāt piedāvā malku tuvākiem un tālākiem iedzīvotājiem.**

## Sākums nav vienkāršs

“Savu darbību uzsāku 2023.gada vasarā. Daudzi jau mani atpazist pēc nosaukuma “Divas pagales”, ko esmu izveidojis, lai klientiem būtu vieglāk mani atrast. No algota valsts darba pārgāju uz saimniecisko darbību kā pašnodarbināta persona. Laikā, kad atrados darba meklējumos, prātoju, ar ko varētu nodarboties ikdienā, tad meklēju ko tādu, kas ir man saprotams un zināms, jau darīts, kas noderētu mūsu puses ļaudīm, kā arī, lai bizness nākotnē nestu peļņu,” atceroties uzņēmuma izveidi, stāsta Toms. Jau skolas gados viņš bieži devies uz mežu kopā ar tēti, katru gadu gādājuši malku savām mājām. Un, tā kā apkārtnei ir daudz cilvēku, kuriem ir vajadzīgs kurināmais ne vien privātmājās, bet arī dzīvokļu mājās, nolēmis likt visu savu fokusun resursus uz šīs idejas realizāciju. Tiektoties ar Nodarbinātības valsts aģentūras (NVA) filiāles darbiniekiem, viņš nolēma izmantot iespēju uzrakstīt projektu un saņemt daļu finansējuma sava biznesa uzsākšanai. Kā radās ideja par nosaukumu “Divas pagales”? Toms skaidro, ka pēc sajūtām šķitis, ka nosaukumam jābūt vienkāršam, saistītam ar malku, lai uzreiz asociējas ar vajadzīgo, – ja kādam vajadzīgs kurināmais, lai uzreiz nāk prātā viņa uzņēmums: “Tā kā mēdz teikt, ka pagale viena nedeg, tad nolēmu – lai iet divas. Veiksmīgi uzsāku malkas sagādes un piegādes pakalpojumu sniegšanu Balvu, Gulbenes, Baltinavas, Viļakas, Viļānu, Rēzeknes, Ludzas un Preiļu pusē. Pagājušajā gadā pieteicos jauno uzņēmēju atbalstam arī Balvu pašvaldībā, kur saņemu maksimālo iespējamo granta summu. Prieks par šo iespēju un arī par sadarbību ar NVA. Sākums, protams, nekad nav vienkāršs, tomēr galvenais ir darīt – katru dienu kaut nedaudz.” Tomu ikdienā motivē doma, kas bieži nāk prātā, proti, – viss ir paša labā!

## Piedāvā lapu koku malku

Darbs pie malkas sagatavošanas, kā daudziem varētu šķist, ir sezonāls, bet uzņēmumā “Divas pagales” tas ir četru sezonu darbs – katrā sezonā jeb gadalaikā savi pienākumi. Toms interesentiem piedāvā gan svagi grieztu, gan arī sausu malku berkubos, ko attiecīgi pats sakrauj un izkaltē, lai ziemā klienti varētu kurināt jau vieglas, kvalitatīvas un sausas pagales. Piedāvā arī iespēju iegādāties sausu malku maisos. “Šādu malku cilvēkiem mēdz būt ērtāk uzglabāt kādu laiku dzīvoklī vai aizvest līdzi, dodoties atpūtā pie dabas, kad vēlas kurināt ugunskuru. Piedāvājumā ir jauktā lapu koku un bērza malka. Citreiz varu sagādāt pēc iepriekšēja pasūtījuma arī ko pavism ipašu. Tā nesen, piemēram, vedu uz Rīgu ozola koka ripas,

**Pavada laiku ar ģimeni.** Uz jautājumu, kā uzņēmējs labprāt pavada brīvo laiku, viņš atbild, ka lielākoties dadas medībās ar Bērzpils medību kolektīvu vai kopā ar ģimeni atpūšas mājās vai dadas ciemos pie radiem vai draugiem.

lai meistars var realizēt savas idejas,” atklāj jaunais uzņēmējs. Lai arī oficiāli uzņēmumā pagaidām nodarbināts ir vienīgi Toms, tomēr arī ģimene bieži vien palīdz un iesaistās darbos. “Paldies tētim gan par padomiem, gan fizisku atbalstu. Cenšos sadarboties ar vietējiem uzņēmējiem, ja nepieciešama kāda palīdzība ar malkas izvešanu, atvešanu uz malkas sadales vietu. Pašu priecē klientu izvēle par labu maniem sniegtajiem pakalpojumiem un tas, ka gadu no gada jau ir adreses, kurp braucu regulāri,” stāsta uzņēmējs. Viņš atzīst, ka nebaidās no birokrātijas un dokumentu kārtošanas, jo par piegādāto produkciju ne vienmēr maksā klients, ir situācijas, kad iesaistās sociālā pārvalde. Kāds uzņēmējs Tomam reiz teicis: “Lai bizness nestu peļņu, vajadzīgi 5–7 gadi.” Arī viņš apzinās, ka ienākumi būs, bet vispirms ir darbs. “Tas ir ne vien fiziski aktīvs darbs, kas liek piesēsties dokumentu mapei, bet arī ir otra puse – komunikācija ar ļaudim. Paldies ikvienam, kurš kurina ar “Divas pagales” malku, ko esmu piegādājis. Tā tiek atbalstīts vietējais uzņēmums un ģimene, kura izvēlējās savu vietu laukos, nevis lielpilsētā,” atzīst T.Madernieks.

## Īsumā

### Darina papīra ziedus

Iedvesmojoties no “Pasakas par ziediem” autores – rakstniecēs Annas Saksēs, Krišjānu bibliotēkā aizvadītajā nedēļā notika papīra ziedu darināšanas meistarklase. “Ziedus katru savā tehnikā veidojām no aplikāciju papīra, pēc sirds patikas izmantojām dažādas krāsas. Darbs prasīja pacietību un laiku, apguvām jaunas prasmes, ko izmantsim arī turpmāk,” stāsta bibliotēkas vadītāja Daiga Zelča. Neskatoties uz to, ka aktivitāte notika ceturtdienas pēcpusdienā, 10 interesenti atrada laiku, lai radoši darbotos.



Foto - no personīgā arhīva

**Ziedu pušķi.** Katrs ziedījš darināts savā tehnikā un katram no tiem ir sava stāsts vai pasaka.



Foto - no personīgā arhīva

**Dalās pieredzē.** Meistarklasi vadīja bibliotēkas vadītājas Daigas (attēlā – no labās) meita Samanta Gutāne (no kreisās).

## Pieredze

# Ada zeķes un kurina krāsni

Baltinavietē VALENTĪNA DAUKSTE ziemā ada vairāk nekā citos gadalaikos, savukārt pie stellēm piesēdisies, kad palikus garākas dienas un būs gaišaks, iespējams, martā: “Izkurinu krāsni un adu zeķes, cimdus, šalles, cepures. Aužu grīdceliņus, gobelēnus, virsma dekoratīvajiem spilveniem. Parasti man mājās fonā skan televīzijas pārraides, piemēram, ziņas, raidījumi “Pārdziedi mani!”, “Degrpunktā” vai erudīcijas spēle “V.I.P”. Seriāli mani neinteresē. Ar tamborēšanu aizraujos mazāk, pārsvarā adu zeķes vīriešiem un sievietēm, cimdus reti, jo reti kurš vairs vēlas nēsāt aditus dūraiņus, arī ziemas vairs nav tik aukstas.” Rokdarbu prasmi viņai savulaik iemācīja mamma, jau bērnu dienās Valentīna adīja un auda. Tā kā pašai nav meitu, tad savā pieredzē dalās ar vedeklu, kas jau iemācījusies aust zāļu deķus, un citām rokdarbniecēm. Arī mazdēls, kad bija mazāks, palīdzēja vecmammai ievilkst stellēs audeklu. Valentīnas darbi bieži ir skatāmi izstādēs, viņa labprāt vada rokdarbniecēm meistarklases. “Rokdarbi ir mana sirdslieta, strādāju savā nodabā, mierīgi. Ja kādu dienu nepaudu, tad ir sajūta, ka bijusi tukša diena. Pavasari vēl negaidu, bet martā, kad iesēšu tomātus, tad gan gribēsies arvien ātrāk siltās un Saulainās dienas,” stāsta Valentīna.

**Baltinavas muzejā.** Ciemojoties muzejā, pamanijām košus grīdceliņus, kuru autore ir Valentīna. Taujājot par krāsām, viņa atzīst, ka labāk patik zaļi, brūni, pelēki un dzelteni toni.



Lappusi sagatavoja A.Socka

Saruna ar domes deputāti

# Domes sēdē – kā klases stundā

Irēna Tušinska

## Balvu novada domes deputāte SVETLANA PAVLOVSKA deputātes krēslu ieņem vairāk nekā 15 gadus. Svetlana atklāj, kāpēc savulaik iesaistījās politikā, kā vērtē šī sasaukuma deputātu veikumu un kā šo gadu laikā mainījusies krievvalodīgā sabiedrības daļa.

### Cik sen un kāpēc pievērsāties politikai?

– Esmu novada domes deputāte jau ceturto sasaukumu, rit 16.gads. Taču pašvaldības vēlēšanās piedalījos arī iepriekš. Pirms 20 gadiem pievienojos mūsu pilsētā nodibinātajai Tautas saskaņas partijas (vēlāk partija "Saskaņa") nodalai, ko 2005.gadā izveidot iedvesmoja Ievans Ribakovs. Pirms 20 gadiem, kad iesaistījās politikā, Balvos vēl nebija politiskā spēka, kas aizstāvētu krievvalodīgo iedzīvotāju intereses, un partijas galvenā nostādne bija pārstāvēt Latvijā dzīvojošos krievvalodīgos, aicinot visu tautību pārstāvju dzīvot mierā un saskaņā. Man šī ideja šķita tuva un saistoša. Mēs, pirmie pieci cilvēki, kas dibināja partijas Balvu nodaļu, bijām iedegušies par šo ideju. Vēlējāmies saglabāt krievvalodīgo kopienu un tās kultūru. Tolaik nodibinājām arī Balvu krievu kultūras biedrību "Razdoļje". Pirms divdesmit gadiem krievvalodīgo pilsētas iedzīvotāju vidū bija ļoti liels pieprasījums pēc dokumentu tulkošanas no krievu uz latviešu valodu, jo vēl nebija tik daudz automātisko tulkošārīku, kā tagad. Daudziem, ipaši vecāka gadagājuma cilvēkiem, vaja-dzēja palīdzību gan dokumentu tulkošanā, gan sadarbībā ar iestādēm. Zināmā mērā pārņēmām šo administratīvo slogu, lai elementāri palīdzētu cilvēkiem. Pirms 20 gadiem te, protams, bija daudz vairāk iedzīvotāju, un arī pieprasījums pēc šis palīdzības bija lielāks. Tolaik krievvalodīgo vidū latviešu valodas zināšanas bija daudz zemākā līmeni nekā tagad. Tajā laikā novads aktīvi sadarbojās ar Krieviju, palīdzējām slēgt līgumus un tulkot dokumentus.

### Kurās novada domes komitejās darbojaties?

– Sociālās un veselības aprūpes jautājumu komitejā un Izglītības, kultūras un sporta komitejā, kā arī kopā ar pārējiem deputātiem darbojos Finanšu komitejā.

**Nesen Izglītības, kultūras un sporta komitejas sēdē sprieda par priekšlikumiem vidusskolu tīklo-jumam Balvu novadā pēc jaunā modeļa "Programma skolā" un par to, ka Baltinavas un Rekavas vidusskolās varētu neatvērt 10.klasi. Kāda ir Jūsu nostāja šajā jautājumā?**

– Nenot vērā, ka pati esmu pedagoģe, būtu nekorekti izteikt kaut kāda veida viedokli šajā jautājumā. Turklat visas šīs šaubas un dvēsles mokas esmu jau izdzīvojusi, kad Balvu vidusskola bija līdzīga situācijā – zaudēja vidusskolas statusu. Ir ļoti sarežģīti izteikt viedokli, kad piedalies šajā procesā no iekšienes. Kad saproti, kas ir maza un kas ir liela klase, ko nozīmē saglabāt un ko nozīmē reorganizēt skolu. Nobalsot par lēmumu nav tas grūtakais, bet saglabāt skolu nebūt nav viegli. Lai kādu viedokli es paustu, nekad nebūs tā, ka vilki paēduši un aitas dzīvas. Viens no maniem deputātes amatā pavadīto gadu ieguvumiem ir tas, ka esmu sākusi labāk saprast visus šos procesus. Nekādā gadījumā neesmu kļuvusi speciālisti visos jautājumos, taču labāk saprotu administratīvo kārtību un kur jāvēršas, lai sasniegtu konkrētu rezultātu. Tas varbūt nav kaut kāds izcils sasniegums, bet man, kā vienkāršam iedzīvotājam, tās ir noderīgas zināšanas, lai varētu palīdzēt saviem vēlētājiem, ipaši gados veciem cilvēkiem, kurus visi jauninājumi, kas ienāk mūsu dzīvē, ļoti biedē.

**Vai krievvalodīgie mūsu novada iedzīvotāji ne-jūtas kaut kādā veidā noniecināti un atstumti? Kas ir mainījies kopš laika, kad tikko iesaistījāties politikā?**

– Ir radikāli mainījies krievvalodīgo iedzīvotāju skaits. Mūsu ir uz pusi mazāk: bērni izauguši un aizbraukuši, labākajā gadījumā uz lielākām pilsētām, bet slīktāk – vispār projām no valsts. Tie, kuri palikuši, ir integrējušies. Vairs nav arī tā, ka kāds kaut ko īsti nesaprot latviešu valodā. Valodas zināšanas tādā līmenī, lai ištenotu savas vajadzības, ir sasniegtas. Pat 70 un 80 gadus veci cilvēki iemācījušies rīkoties arī ar "Google" tulkotāju. Man no malas nešķiet, ka kāds jūtas atstumts, bet tas varbūt ir tādēl, ka pati esmu iesaistīta, strādāju latviešu skolā, daudz runāju latviski. Varu teikt tikai par sevi, taču sūdzības, ka kāds jūtas aizvainots, neesmu saņēmusi. Neapšaubāmi, ka jebkurā nācījā ir muļķi, kuri spēj sarunāt

tādās muļķības, ka ausis vīst. Gan no vienas, gan no otras puses.

### Šobrīd tiek apspriesta novada pašvaldības bu-džeta veidošana. Par kurām pozīcijām notiek vislie-lākie strīdi, kam naudas pietrūkst visvairāk?

– Visiem pietrūkst. Nav tādas budžeta sadaļas, kurai nepie-trūktu, bet visi to saprot un pieņem. Uzskatu, ka pret budžetu izturamies kā pret personīgo maku. Kā saka, – es nesaprotu, kas ir divi miljoni, bet saprotu, kas ir divi simti manā makā. Manuprāt, arī pārējie, tāpat kā tērējot savu algu, aptuveni saprot, cik no budžeta šobrīd var atlauties tērēt. Nav arī tā, ka mums kādā nozarē būtu nepieciešams pacelties no nulles, kaut ko no jauna būvēt, nēmot milzīgus kredītus. Ar tādām vēlmēm jāpagaida līdz labākiem laikiem. Bet nav arī tā, ka kādai organizācijai neatvēlētu ne santīmu. Kopumā uzticos profesionāļiem, kuri nodarbojas ar budžetu, turklāt atbild par to, tostarp arī materiāli, jo uzskatu, ka katrs darbs ir jāuztīc profesionāļiem. Es personīgi par to varu spriest tikai intuitīvi – kad šķiet, ka kaut kur piešķirts it kā par daudz, kaut kur – tā kā par Maz.

### Kāpēc, Jūs uprāt, nonācām līdz situācijai, kad no-vada pašvaldības iepriekšējā gada budžetā pietrūku vairāku miljonu eiro?

– Vai tad daudzas citas pašvaldības nebija tādā pašā situācijā?

### Cik zinu, kaimiņu Gulbenes un Alūksnes novados nebija tāda iztrūkuma...

– Naudas nepietika daudzās pašvaldībās, tikai par to tik daudz nerunāja, kā par Balviem. Tas nebija iztiražēts tik plaši, kā par mums. Pavisam nejauši pagājušajā gadā radio dzirdēju, ka kāda cita pašvaldība nonāca situācijā, kurā nepareizi iztērējusi Eiropas projekta līdzekļus un maksāja lielas soda naudas. Bet tas publiskajā telpā izskanēja tikai vienu reizi, un viss.

### Kāpēc tad Balvu novada budžetu pieminēja tik daudzos medijs?

– Varbūt tāpēc, ka mums patīk, ja par mums zina. Pavisam nesen ieguvām pirmo vietu par skaistākajiem svētku rotā-jumiem mazo pašvaldību vidū. Kāpēc par to tik daudz nerunājam? Tikko pie mums viesojās Maltais pašdarbnieki. Kā viņi mūs slavēja! Cik skaisti pie mums viss izrotāts, pat katlu māja! Kādi esam malači! Gribu teikt, – ja jau mēs dzīvojam visi kopā, mums jāmāk saprasties, tanī skaitā finansiālā ziņā. Piemēram, tagad plānojam dziesmu un deju svētku izde-vumus. Priecē, ka visiem kolektīvu vadītājiem izdevās atteikties no kosmiskiem sapņiem un sastādīt pieņemamas izdevu-mu tāmes, ko reāli var izpildīt.

### Savulaik izskanēja pieņēmums, ka domē ir po-zīcijas un opozīcijas deputāti. Pie kuriem pieskaitāt sevi?

– Uzskatu, ka esmu neitrāla. Klausoties deputātu ziņoju-mus domes sēdēs, iekšēji jūtu, ka mums ir gan pozīcija, gan opozīcija. Taču oficiāli tās it kā nav. Tā kā esmu skolotāja, manī notikusi profesionāla deformācija – katru kolektīvu sāku uztvert kā skolas klasi, kurā vienmēr ir klusie un ir skaļie, bet priekšā sēž klases audzinātājs, kurš mērgina vadīt un kuram kaut kādā veidā visi jādisciplinē, lai neizceļas kautiņš, un kaut kā tā stunda jānovada līdz galam. Visus šos gadus, sēzot deputāta krēslā, to vēroju. Deputātu vidū ir cilvēki, kuri alkst uzmanības. Ir cilvēki, kuri cenšas palikt nemanāmi, bet kādas kaislības risinās viņu galvās, mēs nekad neuzzināsim. Ir cilvēki, kuri nevar neizteikties, jo viņiem ir viedoklis, taču viņi iztiekt bez lieka šova. Šādus cilvēkus ļoti cenu. Piemēram, Egons Salmanis, kurš prot izteikt pamatotu viedokli un dara to mierīgi. Gribu pieminēt vēl vienu ieguvumu, esot deputātes statusā – šo gadu laikā esmu iepazinusi tik daudz cilvēku, cik, darbojoties tikai vienā – savā – lauciņā, nekad nespētu.

### Vai plānojat startēt nākamajās pašvaldību vēlēšanās?

– Šobrīd neplānoju, pārsvarā veselības dēļ. Esmu arī nogruusi, vēlos paņemt pauzi. Ir sarežģīti, jo pēdējos četrus gadus komiteju un domes sēdēs no savas partijas strādāju viena, man nav, ar ko tā pa īstam apspriesties, pakonsultēties un nolaidi tvaiku.

### Tātad tomēr domē jūtāties nedaudz kā autsai-dere...?

– Nē, tā gan neteikšu. Esmu ļoti temperamentīga. Man vajadzīga sabiedrība, cilvēki, komunikācija. Turklat sēdēs



Foto - no personīgā arhīva

**Vienmēr aktīva.** Svetlana apgalvo, – ja vien nenotiks kāds negaidīts pavērsiens, nākamajās vēlēšanās viņa savu kandidātūru deputātes amatam neizvirzis, taču pilnībā atteikties no politiskās darbības arī negrasās. Sabiedriski aktīvās balvenietes ikdienā ir diezgan noslogota, mācot bērnus skolā, organizējot krievu kultūras biedrības aktivitātes, kā arī spēlējot intelektuālās spēles "Erudīts", bet brīvajos brīžos darinot rokdarbus.

Īoti nomāc tas televizors aiz stikla, jo, lai ko tu pateiku, tas paliks uz mūžīgiem laikiem. Uz to skatās ne tikai 15 klātesošie deputāti, bet arī visi pārējie, kas to vēlas. Tāpēc negribas lieku reizi izteikt kādu muļķību. Labāk paklusēšu. Bet iekšā taču viss vārās...

### Arī bez deputātes pienākumiem Jūsu dzīve ir ļoti piepildīta, gan strādājot skolā, gan vadot krievu kultūras biedrību. Savulaik rikojat arī dažādas ekskursijas un braucienus uz koncertiem un teātra izrādēm...

– Pēc kovida kļuvis grūtāk sarīkot braucienus. Turklat viss ir daudz dārgāks. Sarēķinot izmaksas, nereti saprotu, ka cilvēki to nespēs samaksāt un nebraukus. Tāpēc, ja ekskursiju organizēju, tad tikai mazam cilvēku skaitam un kaut kur netālu. Bet uz koncertiem un teātriem joprojām braucam, piemēram, uz "Goru", pagājušajā gadā bijām uz teātra izrādi Daugavpilī. Jāteic, ka kovida laikā nedaudz esmu zaudējusi iemaņas. Kovids vispār stipri iedragāja daudzas dzīves jomas, kaut ko iekšēji salauza, un ne tikai mani. Uzskatu, ka, pie-mēram, izglītība caur ekrānu ir ceļš uz nekurienu. Ja pieaudzis cilvēks vēl to var, tad ar bērniem tas nekādā veidā nestādā. Joprojām jūtam attālinātās mācīšanās sekas klātiesenes stundās.

### Skolā arī esat diezgan noslogota?

– Jā. Mācu dizainu un tehnoloģijas, kā arī krievu valodu 4., 5., 6. klasei. Katru trešdienu vadu "Erudīts" spēļu nodar-bības pieaugašo komandām. Diemžēl pēdējos divus gadus neizdevās piedalīties "Erudīta" čempionātā Daugavpilī. Taču esam iekrājuši naudu, lai to varētu izdarīt šogad.

### Kā atpūšaties pēc darba skolā un deputātes pienākumu veikšanas?

– Labprāt ceļoju. Nesen uzdāvināju sev ceļojumu uz Liel-brītaniju. Biju Londonā un Heistingā, un vairākās citās pilsētās Lamanša piekrastē. Apskatījām Lidsas pili, redzējām autentisko angļu ciemu un daudz ko citu. Pagājušajā vasarā kopā ar ģimeni apmeklējām Itāliju, bijām Milānā, iegriezāmies Venēcijā un arī Šveicē. Katru gadu dodamies ceļojumā pa konkrētu maršrutu uz Igauniju. Apmeklējam Pjuhticas klosteri un citas vietas Somu līča piekrastē. Ziemassvētkos bijām Prāgā un Karlovi Varos. Ceļojot ir iespēja apskatīties, kā dzīvo citi, lai saprastu, ka visur pasaulē cilvēkiem ir līdzīgas problēmas. Jebkuru nomāktību var izārstēt ar ceļojumu, bet katra ceļojuma mērķis ir pārliecināties, cik labi ir mājās.

## Sarunas ar vecākiem

# Aicina rūpēties par sevi un bērniem

**Mūžiķe un trīs bērnu mamma GUNA KISE mūspusē ir ciemojusies vairākkārt – gan ar dziesmām un kopīgu ģimenes muzicēšanu, gan pieredzes stāstiem par izglītības un garīguma tēmām. Darbojoties biedrības “Ģimeņu skolu apvienība” valdē, klausītājus viņa uzrunā arī interneta vidē.**

“Nav noslēpums, ka mūsu ģimenes ikdiena ir krietni citādāka nekā vairumam. Jau trīs gadus mūsu bērni neapmeklē skolu, bet gan visu mācību vielu apgūst mājās. Godīgi sakot, ir sajūta, ka tā bijis vienmēr! Būt par mājmācības ģimeni, tas ir īpašs dzīvesveids, kas prasa no vecākiem daudz, taču iedod vēl vairāk. Šobrid vecākais dēls Gints (11 gadi) mācās 6.klasē, un viņš no bērniem ir vienīgais, kurš jebkad gājis bērnudārzā un skolā. Meitiņa Aiva (7 gadi) mācās 2.klasē un Stefans (5 gadi) gatavojas pirmsskolai,” stāsta Guna. “Ģimeņu skolu apvienība” regulāri rīko tiešsaistes Atvērto durvju dienas visiem, kuriem ir interese un jautājumi par mājmācību. Tā, kā uzskata Guna, ir lieliska platforma vecāku savstarpējam atbalstam, tāpēc parasti šajās tikšanās reizēs satiekas daudzi mājmācības vecāki no visas Latvijas. Katru reizi sarunām tiek izvēlēta kāda tā brīža aktuālākā tēma.

## Vecāku spēka resursi

Pēcīvētku laikā, kā atklāj Guna, šķita svarīgi aktualizēt vecāku rūpes par sevi, un aizvadītās nedēļas tikšanās ZOOM platformā apliecināja to, ka runāt par vecāku spēka resursiem nekad nav lieki. Vecāki kopā, piemēram, uzskaitīja jomas, pienākumus, nodarbošanos, no kā sastāv vecāku ikdiena; raudzījās, ko no tā visa var atmett un ko – deleģēt citemi; klasificēja visu darāmo trīs sektoros (sev, ģimenei, citemi cilvēkiem), lai procesā varētu apzinātāk pārslēgties no cita uz citu; sīkāk pievērsās pirmajam un svarīgākajam – SEV, pārrunājot, no kā tieši sastāv rūpes par sevi un kā iedot sev nepieciešamo pilnvērtīgā līdzsavarā, kā arī dalījās savos ĢIMENES rutinu trikos, kādi instrumenti palīdz organizēt ikdienu tieši kopā ar bērniem. Tiešsaistes sarunā vecāki nonāca pie atziņas, ka trešā sektora – CITIEM CILVĒKIEM – drīkst vispār nebūt! Tas parādās tikai gadījumā, kad primāri ir iedots SEV un ĢIMENEI. “Uzskatu, ka VECĀKU RŪPES PAR SEVI ir personīgi katra vecāka pienākums numur viens! Katra paša. Jo mēs esam pieaugušie, par kuriem vairs nerūpējas mamma, vīri/sievās vai kur nu vēl – pašu bērni. Tāpēc būtiskākais šajā stāstā ir:

- ◆ apzināties tieši savu atbildību par paša stāvokli;
- ◆ zināt, kas tieši mums katram ir vajadzīgs, lai būtu resursu pilni;
- ◆ rīkoties, lai sasniegstu rezultātu;
- ◆ spēt paskaidrot ģimenei, citemi cilvēkiem savas vajadzības, ja tas skar arī viņus,” skaidro Guna.

Kā piemēru iepriekšminētajam viņa min jaunās māmiņas, kurām obligāti vajadzīgs laiks sev. Kāpēc? Lai viņas nezaudētu veselo saprātu un nekļūtu par draudu saviem bērniem. Sievieteit jāsaprot, ka citi viņas domas nelasa, ka palīgi paši pie durvīm neklauvēs, ka tas ir viņas pienākums – rūpēties par sevi. Piemēram, būtu vajadzība izskriet krosu 2–3 reizes nedēļā vai atjaunoties siltā vannā, vai satikties ar draudzenēm – kas nu kurai nepieciešams. Šķietami vienkārši! Taču nebūt nē! Te arī sākas pirmās grūtības – mēs tik slīkti pazīstam sevi, ka tajā brīdi, kad pēkšni iegūstam brīvu laiku, izniekojam to lietās, kuras nemaz nepiepilda mūs. Lai sevi iepazītu, piedāvāju ikdienā uzmanīgi novērot savu stāvokli un to fiksēt uz papīra, lieket balles no 0 līdz 10, kā atbildi uz jautājumu – kā es šobrīd jūtos? Vērot un pierakstīt, cik ļoti mani piepilda vai izsmēl katra konkrētā darbība. Maksimāli izvairīties (atmetst, deleģēt, pārveidot) no izsmēlošām un darīt to, kas piepilda,” skaidro trīs bērnu mamma. Viņa mudina jaunās māmiņas darīt to, kas piepilda, un pieļauj, ka šādā situācijā nereti var nākties saskarties ar zināmām problēmām, kuru pamatā ir kvalitatīvas komunikācijas trūkums. Tā kā visbiežāk konkrēto vajadzību realizēšana prasa ģimenes iesaisti, var nonākt pie sarežģītā punkta – palūgt palīdzību. Protī, spēt argumentēt vīram, ģimenei, ka tieši viņiem pašiem ir ļoti izdevīgi palaist mammu prom no visiem, lai viņa spētu atjaunoties un ar jauniem spēkiem, priezcīga atgrieztos mājās. Pēc pāris šādām reizēm parasti vīrs un bērni ātri saprot, ka tas tiešām ir to vērts.

Guna uzsver, ka ir ļoti svarīgi nebūt upura pozīcijā, kurš lūdz: “Patiņa ir tāda, ka ikvienna sieviete, kura laidusi pasaule

bērnu un no sirds rūpējas par savu ģimeni, ir apbrīnas vērta un ir pelnījusi justies pārliecīnāta par savu nozīmīgumu. Tāpēc iesaku pat nepasniegt šo informāciju jautājuma formā, bet gan vienkāršiem nepaplašinātiem teikumiem ar vārdiem caur muti, mierīgi, pārliecinoši un ar mīlestību teikt: “Man vajag divus brīvus vakarus nedēļā. Saplānosim kopā, kuri tie būs. Jums visiem tas ir ļoti izdevīgi. Tad es būšu daudz labāka sieva un mamma.”

## Mācīties būt par vecākiem

Lai cilvēks kvalitatīvi piepildītu sevi un justos patiesi laimīgs, vecāku semināru vadītāja atzīst, ka ir svarīgi dot sev visas jomas, lai tās būtu līdzsvarā. Tā kā cilvēks ir fiziska, garīga un intelektuāla būtne, piepildīt vajag:

- ◆ KĒRMENI – veselīgs uzturs, sports, svaigs gaiss, ūdens;
- ◆ PRĀTU – jaunas zināšanas, meistarklases, grāmatas, profesionālā izaugums un attīstība;
- ◆ DVĒSELI – garīgums, katram piemērotais ticības ceļš, emocionālā brīvība, estētika, kultūras pasākumi utt.

Lai uzskatāmāk ilustrētu iepriekšminēto, Guna kā piemēru min mašīnu, kas nebrauks, ja tajā liesim tikai degvielu: “Ir vajadzīga, piemēram, arī elja, vējstiklu šķidrumi, riepu maiņa. Turklat brīdi, kad degviela iet uz beigām, mēs cēnāmies to uzpildīt vēl pirms pilnīgas apstāšanās. Kāpēc? Jo mašīnai tas kaitētu. Savukārt paši nereti savus pirmos sarkanās lampīņas signālus – neiecietību, trauski, saaukstēšanos, alerģiju – ignorējam, līdz piedzīvojam pilnīgu nervu sabrukumu, depresiju vai nopietnas un pat neārstējamas slimības.” Turpinot transporta tēmu, lektore velk paralēles arī ar bērnu audzināšanas metodēm, taujājot, kā būtu, ja visiem cilvēkiem līdz ar pilngadības iestāšanos vienkārši izsniegtu mašīnas ar atslēgām, sakot: “Brauciet! Jūs taču esat redzējuši, kā citi brauc. Pat esat bijuši pasažieri transportos. Vienkārši dariet tāpat!” Lai uzsāktu dalibu ceļu satiksmē, ne velti ir jāmācās, jānokārto eksāmeni un jāiegūst tiesības, jo tas ir dzīvības un nāves jautājums.

Kad vīrieti un sieviete izveido ģimeni un laiž pasaule pirmo bērnu, kā teic Guna, neviens pat nedomā doties uz vecāku skolu. It kā tas būtu mazāk svarīgi... Tas arī var izrādīties dzīvības un nāves jautājums. Piemēram, pašnāvības izdara bērnībā dzīļi traumēti cilvēki. Tāpat jaunajām māmiņām gadās nekontrolējamas dusmas un ilgstošas depresijas, kas tiešā veidā apdraud bērnus. Mūsu vecākiem nebija tādas iespējas – mācīties būt par vecākiem. Taču šobrīd, interneta laikmetā, kaut ko nezināt, pārliecīnāta Guna, ir apzināta izvēle, jo mūsdienās pat nav jāiziet no mājas, lai visu vajadzīgo atrastu un apgūtu kvalitatīvās, kvalificētās vecāku *online* skolās.

## Sāpinātie cilvēki sāpina citus

Talantīgā mūžiķe un mamma dalās savā pieredzē: “Mēs ar vīru jau septiņus gadus mācāmies dažādās pasaules līmeņa *online* skolās, un tas ir bijis, jā, liels, taču vissvarīgākais



Foto - no personīgā arhīva

**Guna.** “Mūsu laulība, tik laimīga un ar katu dienu stiprāka, nav pati no sevis radusies. Mūsu bērni, šie draudzīgie un talantīgie mīlestības augļi, nav nokrituši no gaisa. Tas viss ir liela laika ieguldījums, rūpīga darba rezultāts. Tātad – pieejams arī jums!” teic trīs bērnu mamma.

finansiālais un laika ieguldījums, kādu vien varam iedomāties. Paliek tikai jautājums pašiem pie sevis: kāpēc tikai 7, ja vecākajam bērnam ir jau 11gadi? Un atbilde ir dramatiska.

Es personīgi pirms 10 gadiem biju savā visdzīļākajā bedrē. It kā laimīgi precējusies jaunā māmiņa, apkārvusies ar miljons darbiem. Jo tajos varēja aizbēgt no bērna. Jo būt par māti man bija psiholoģiski neizturami. Neadekvāta, slima, smagi traumēta būtne ar skaistu mūzikas dzīvi uz āru.

Un ceļš no turienes veda caur psihiatru un terapeitu kabinetiem, caur garīgo tēvu un klostermāsu atbalstu, caur Baznīcu, kurā beidzot visa ģimene esam atlīduši kā nabaga nomaldījušās avis. Mājās. Un tie pirmie četri gadi vecāku lomā ir bijuši jāizperk... Daudz ko var labot un atgūt, taču ne visu.

Sāpinātie cilvēki sāpina cilvēkus. Traumētie bērni izaug par pieaugušajiem, kuri nav spējīgi parūpēties par saviem bērniem un, paši to negribot un nekontrolējot, nodot traumas tālāk saviem bērniem. Kamēr kāds nepateiks – STOP. Es izvēlos MĀCĪTIES, ĀRSTĒTIES, RŪPĒTIES PAR SEVI. Tāpēc VECĀKU RŪPES PAR SEVI ir tik svarīga, visaptveroša tēma, kuru nedrīkst atlīkt ne mirkli nekādu iemeslu dēļ.”

## Īsumā

### Tiekas ar bijušajiem kolēgiem

Balvu pirmsskolas izglītības iestādē “Pilādzītis” aizvadītajā nedēļā ciemojās septiņi pensionētie kolēgi. Tikšanās, kā stāsta pedagoģe Ina Aizupe, noritēja draudzīgā gaisotnē un ar cieņu pret kolēgu darba ieguldījumu: “Ciemīni labprāt



Foto - no personīgā arhīva

apskatīja iestādes telpas, iepazīnās ar pašreizējiem darbiniekiem, ar dažām izmaiņām bērnudārza darbā. Lai būtu jauka gaisotne un degtu silts atmiņu ugunkurs, dalījāmies atmiņās, pastāstījām par saviem piedzīvojumiem un pārdzīvojumiem, kopā padziedājām.”



Foto - no personīgā arhīva

**Dejas soli.** Mazie pilādzīni ciemiņus priecēja ar īpašu sveicienu – koncertu, savukārt “Pilādzīša” skolotājas bija sagatavojušas dažādas aktivitātes, kurās vajadzēja izmantot gan zināšanas, gan atjautību.

## Svarcelšana

## Labo valsts rekordus un izcīna medaļu pūru



Foto - no personīgā arhīva

**Sacensībās Tartu.** Attēla vidū uz goda pjedestāla redzams Raivo Nāgels, pa labi – Maksims Bistrovs.



**Panākumi Dobelē.** Attēlā uz goda pjedestāla: vidū – Loreta Ciukore, pa kreisi – Elizabete Žerdiņa, pēc gūtajiem panākumiem sacensībās pārmijot pa kādam draudzīgam vārdam. Savukārt otrajā attēlā Loreta, kurai šogad apritēs 12 gadi un ir ļoti perspektīva jaunā svarcelāja, redzama darbībā sacensībās Tartu.



Foto - no personīgā arhīva

**Balvu Sporta skolas jaunie svarcelāji aizvadījuši sacensības Latvijā un kaimiņvalstī Igaunijā.**

Dobelē notika "Vecgada kausa" izcīņas sacensības "U-15" un "U-17" vecuma grupās. "U-15" vecuma grupā meitenēm absolūtajā vērtējumā pēc Sinklera punktu tabulas 1.vietu un zelta medaļu izcīnīja Loreta Ciukore, bet godalgotā 2.vieta un sudraba medaļa – Elizabete Žerdiņai. Turklat L.Ciukore, šajā pašā vecuma grupā startējot svara kategorijā "55 kilogrami", laboja uzreiz četrus Latvijas rekordus! Savukārt

puišu konkurencē "U-17" vecuma grupā svara kategorijā "96 kilogrami" nepārspēts palika Raivo Nāgels, bet Maksims Bistrovs svara kategorijā "109 kilogrami" ierindojās augstajā 2.vietā.

Ne mazāk veiksmīgi mūspuses sportistiem aizritēja arī "IX Kalevi Pensa" kausa izcīņas sacensības Igaunijas pilsētā Tartu, kas notika 11.janvāri. Tur Balvu Sporta skolas svarcelāji izcīnīja astoņas godalgas – četras zelta, vienu sudraba un trīs bronzas. "U-13" vecuma grupā zēniem Antons Bušs ieguva 2.vietu, "U-13" vecuma grupā meitenēm Loreta Ciukore izcīnīja

1.vietu, "U-15" vecuma grupā zēniem Renats Bistrovs – 3.vietu, "U-17" vecuma grupā zēniem Daniels Būde – 1.vietu, "U-20" vecuma grupā junioriem Raivo Nāgels – 1.vietu, bet Maksims Bistrovs "U-20" vecuma grupā junioriem – 3.vietu. Balvu Sporta skolas svarcelājiem šajās sacensībās augsti panākumi arī absolūtajā vērtējumā. Proti, dāmām Loreta Ciukore ieguva 3.vietu, bet Raivo Nāgels – 1.vietu.

Nākamās sacensības, kurās startēs arī Balvu Sporta skolas svarcelāji, notiks 1.februārī Ludzā.

## Volejbols



Foto - no personīgā arhīva

**VK "Lazdukalns/Balvu novads" dāmu komanda.** Meitenes 12.janvāri notikušos mačus Reģionālajā volejbola līgā aizvadīja Valmieras Pārgaujas sākumskolas sporta zālē.

## Cīnās trīs turnīros

**Dalibu dažādās sacensībās turpina volejbola klubs "Lazdukalns", par uzvarām cīnoties gan dāmām, gan arī kungiem.**

Pagājušajā svētdienā kārtējos mačus Gulbenes novada čempionātā aizvadīja VK "Lazdukalns" sieviešu komanda. Šoreiz tika piedzīvoti divi zaudējumi – 1:2 pret "Jēkabpils", kā arī ar tādu pašu rezultātu nācās atzīt mājinieču VK "Gulbene" pārākumu. Toties tika izcīnīta uzvara pret SK "Kuorsova" volebolistēm, panākumu gūstot ar sauso rezultātu – 2:0.

Tikmēr VK "Lazdukalns/Balvu novads" komanda turpina soļot pretī sasniegumiem turnīrā, kas pēc savas nozīmes un spēka ir visievērojamākais. Proti, dāmas aizvadījušas vēl divas spēles pērn jaunizveidotajā Reģionālajā volejbola līgā, cīnoties par visas Latvijas mēroga čempionu titulu. Kā jau esam rakstījuši, šis projekts tapis sadarbībā ar Latvijas Volejbola federāciju, apvienojot visu četru Latvijas reģionu volejbola līgas – Vidzemes, Sābru, Zemgales un Kurzemes. Tas nozīmē, ka vispirms katrā no šīm līgām notiek iekšējie čempionāti, kur tiks noskaidrotas čempiones. Savukārt pēc tam katras līgas četras labākās komandas par uzvarām cīnīsies Reģionālajā volejbola līgā, tādējādi galarezultātā noskaidrojot visas Latvijas čempionvienību. Lazdukalnietes šo lielo turnīru sākušas ar mačiem Vidzemes volejbola līgā, kur jau noslēdzies pirmais un turpinās otrs aplis. Nupat izcīnītas vēl divas uzvaras – 3:1 pret "Madona" un 3:0 pret "Ivi 1". Uzvarot "Ivi 1" komandu, viņām tādējādi arī atdots parāds par piedzīvoto zaudējumu pirmajā posmā.

Visbeidzot kārtējo sabraukumu Latvijas čempionāta vecuma grupā "Virieši 40+" aizvadījusi arī VK "Lazdukalns/Balvu novads"

vīru komanda. Tas gan diemžēl izvērtās neveiksmīgs, jo tika piedzīvoti trīs zaudējumi – 0:2 pret "Valmiera", 1:2 pret "Vecumnieki" un 0:2 pret VK "Saldus". Plinti krūmos gan neviens nemet. "Tagad priekšā liels darbs, kājūdu

analize, taktiskie risinājumi un ļoti nopietns treniņprocess. Priekšā izslēgšanas spēles, un mēs zinām, ka varam spēlēt labāk!" uzsver lazdukalniešu komandu menedžeris ANDIS PETUKS.

## Basketbols

## Triumfē "Bezmaksas sula"



**18.janvārī Rugāju sporta centrā notika "Rugāju kauss basketbolā 2025".**

Spēļu rezultāti: "Bezmaksas sula" pret "Holvudas aktieri" – 37:26; "Komanda "LL"" pret "Holvudas aktieri" – 33:39; "Bezmaksas sula" pret "Komanda "LL"" – 36:30; "Bezmaksas sula" pret "Holvudas aktieri" – 30:29; "Komanda "LL"" pret

"Holvudas aktieri" – 34:35; "Bezmaksas sula" pret "Komanda "LL"" – 35:30.

Līdz ar to 1.vietu izcīnīja "Bezmaksas sula" (Atis Gūtmanis, Gatis Kononovs, Kaspars Steļmačonoks, Dairis Melnacis, Rinalds Šadurskis, Armīns Apšenieks). 2.vietu ieguva "Holvudas aktieri" (Roberts Melnis, Andis Edijs Koposovs,

Nikita Maksimovič, Ritvars Klodžs, Mareks Žeikars, Matīss Kapteinis), bet 3.vietā ierindojās "LL" (Jānis Rakstiņš, Markuss Garais, Otto Kapteinis, Reinis Ozoliņš, Rainers Ančāns, Kristaps Krievs). Par vērtīgāko turnīra spēlētāju kļuva Dairis Melnacis, tālākā metiena izpildītāju – Matīss Kapteinis, bet basketbola stafetē uzvarēja Nikita Maksimovič.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Aktuāli arī Balvu novadam

# Apstiprināts rīcības plāns austrumu robežai

Publicējam 14.janvārī Ministru kabinetā apstiprināto Viedās administrācijas un reģionālās attīstības ministrijas (VARAM) izstrādāto rīcības plānu Latvijas austrumu pierobežas ekonomiskajai izaugsmei un drošības stiprināšanai 2025.–2027. gadam. Tas tapis sadarbībā ar citām nozaru ministrijām, pašvaldībām un austrumu pierobežas attīstībā ieinteresētajām pusēm un paredz dažādu darbu īstenošanu arī mūspusē.

Plāns izstrādāts, nēmot vērā Ministru kabineta doto uzdevumu, kā arī ģeopolitisko situāciju Eiropas Savienības austrumu pierobežā pēc Krievijas sāktā pilna apmēra agresijas kara pret Ukrainu un austrumu pierobežas sociālēkonomiskos izaicinājumus. Tas iekļauj virkni iniciatīvu tādās reģiona ilgtspējīgai attīstībai būtiskās jomās kā drošība, ekonomika un cilvēkresursi. Tikmēr VARAM ministre INGA BĒRZIŅA uzsver, ka Latgales reģions un Alūksnes novada pašvaldība ir arī Eiropas Savienības un NATO ārejā robeža. Līdz ar to šī brīža ģeopolitiskajā situācijā jāpievērš daudz lielāku uzmanību austrumu pierobežai, lai reģionā dzīvojošie iedzīvotāji justos droši un ar vēlmi dzīvot un strādāt Latvijā. "Stiprināt austrumu pierobežas drošību, ekonomiku un cilvēkresursus nozīmē stiprināt visas Latvijas labklājību. Jau šobrīd, 2021.–2027.gada plānošanas periodā, proporcionāli vislielākie VARAM ieguldījumi tiek novirzīti tieši Latgales plānošanas reģionam, taču vienlaikus skaidrs, ka nepieciešami plašāki pasākumi, ievērojot arī šī brīža ģeopolitisko situāciju. Tieši tādēļ šajā plānā apkopotas arī citu nozaru ieplānotas aktivitātes, kā arī jaunas iniciatīvas. Sadarbība starp valsts un pašvaldību institūcijām, uzņēmējiem un iedzīvotājiem ir būtiska, lai nodrošinātu visaptverošu un maksimālu efektīvu pieejumu austrumu pierobežas teritoriju attīstībai un drošībai," skaidro ministrs.

Bet kādi tad konkrēti uzdevumi rīcības plānā iekļauti?

## DROŠĪBA

Lai stiprinātu pierobežu, plānā iekļauta 11 jaunu katastrofu pārvaldības centru izbūvēšana austrumu pierobežas teritorijā (Dagdā, Ilūkstē, Daugavpilī, Līvānos, Viļānos, Alūksnē, Preiļos, Balvos, Krāslavā, Ludzā, Rēzeknē), tādējādi stiprinot dienestu reaģēšanas spēju. Tajos paredzēts sniegt dažādu institūciju pakalpojumus, tajā skaitā četros Latgalē papildus paredzētais centros (Balvos, Krāslavā, Ludzā, Rēzeknē) plānots nodrošināt arī Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta darbību.

Paredzēts īstenot austrumu robežas pretmobilitātes plānu, izveidojot pretmobilitātes materiālu parkus 25 vietās un nodrošinot vairāk nekā simts darbavietas vietējiem iedzīvotājiem. Plānots nodrošināt sešu militāro bāzu darbību – Daugavpilī, Rēzeknē, Lūznavā (Rēzeknes novadā), Preiļu novadā, Meža Mackevičos (Augšdaugavas novadā) un Alūksnes novadā, kā arī 550 valsts aizsardzības dienesta karavīru izvietošanu Latgales reģionā. Ieplānota arī valsts ārējās sauszemes robežas infrastruktūras uzlabošana, iekļaujot trīs robežķērsošanas vietu ("Terehova", "Grebeņeva", "Pāternieki") infrastruktūras modernizācijas darbus un viedos risinājumus robežu rindu mazināšanai. Papildus iecerēts ierīkot ap 200 patvertvēs esošo ēku pagrabos un pazemes stāvos atbilstoši vadlīniju vai normatīvo aktu prasībām.

Plānā iekļauta arī divējāda (civilā un militārā) lietojuma produktu ražošanas nodrošināšana, veicot uzņēmumu kartēšanu ar divējāda lietojumu produktu ražošanas potenciālu, stiprinot reģiona gatavību krīzēm un uzņēmējdarbības iespējas. Tāpat uzmanība pievērsta informatīvās telpas stiprināšanai, krizes vadībai un nevalstisko organizāciju sektora spēcināšanai. Visbeidzot valdība iecerējusi virzīt austrumu robežas sociālēkonomiskās situācijas uzlabošanas jautājumu gan pierobežā, gan Latvijā kopumā kā Eiropas Savienības kopējās drošības priekšnoteikumu, panākot tās daudzgadu budžetā pēc 2027.gada finansējuma piesaisti specifiski austrumu pierobežas valstīm un reģioniem, kas robežojas ar Krieviju un/vai Baltkrieviju.

## EKONOMIKA

Īstenojot rīcības plānā ietvertos uzņēmējdarbības atbalsta pasākumus, paredzēts radīt vismaz 1800 jaunas darbavietas, potenciāli samazinot bezdarbnieku skaitu par 20%. Tāpat



**Austrumu robeža.** Jaunais izbūvētais austrumu robežas žogs Balvu novadā – netālu no Baltinavas pagājušā gada vasarā.

plānots novirzīt investīcijas industriālo parku izveidei Daugavpili un Augšdaugavas novadā, kā arī pārējās austrumu pierobežas pašvaldībās attīstīt infrastruktūru un teritorijas uzņēmējdarbības atbalstam, šim mērķim piesaistot 56,9 miljonus eiro privāto investīciju.

Eksportējošiem komersantiem plānots sniegt aizdevumus ar kapitāla atlaidi aizdevumu produktivitātes kāpināšanai, kā arī aizdevumu startam un izaugsmei, nodrošinot finansējumu uzņēmējiem 36,5 miljonu eiro apmērā. Plāns paredz sniegt atbalstu arī ieguldījumiem lauku saimniecības konkurentsējas veicināšanai, mazo saimniecību attīstībai, gados jaunu lauksaimniecību dibināšanai, kopumā sniedzot atbalstu vairāk nekā desmit tūkstošiem saimniecību.

Plānā paredzēts turpināt un paplašināt Latgales un Rēzeknes speciālās ekonomiskās zonas atbalstu un robežas, tajā iekļaujot Alūksnes novadu. Tādējādi iecerēts paaugstināt uzņēmumu konkurētspēju, eksportu un produktivitāti, kā arī stiprināt Latgales speciālās ekonomiskās zonas kapacitāti. Ricības plānā iekļauta arī 143 sociālo mājokļu atjaunošana vai jaunu sociālo mājokļu būvniecība, ieguldījumu nodrošināšana daudzdzīvokļu māju energoefektivitātes uzlabošanai un pašvaldību ēku un infrastruktūras uzlabošanai, veicot pāreju uz atjaunojamo energoresursu tehnoloģiju izmantošanu un uzlabojot energoefektivitāti. Tāpat tiks veikta publiskās – privātās partnerības modeļa īstenošana pieejamu mājokļu būvniecībai ar īres subsīdijas mehānismu. Plāns paredz arī ieguldīt investīcijas mobilitātes veicināšanai, tajā skaitā valsts reģionālo un vietējo autoceļu tīkla uzlabošanai un Daugavpils Vienības tilta rekonstrukcijai. Piemēram, šobrīd šādi aktuālie būvprojekti 2025.gada ir piecos valsts reģionālajos un vietējos autoceļu posmos – "P39 Alūksne–Ape", "P70 Svente–Lietuvas robeža (Subate)", "V569 Malta–Lazareva–Priežmale", "V687 Vecpils–Bīķernieki–Bramanišķi" un "V783 Jēkabpils–Dignāja–Ilūkste".

## CILVĒKRESURSI

Rīcības plāns paredz vairākas aktivitātes, lai sniegtu iedzīvotājiem attīstības iespējas reģionā, tādējādi stiprinot tā cilvēkresursus. Viens no veicamajiem soļiem ir uzņēmēju vajadzību un augstākās izglītības un zinātnes piedāvājuma sinerģijas stiprināšana. Piemēram, paredzēta Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmijas integrācijas procesa nodrošināšana Rīgas Tehniskās universitātes ekosistēmā. Vienlaikus paredzēta Daugavpils Universitātes darbības turpināšana, nodrošinot konkurētspējīgu augstākās izglītības piedāvājumu reģionā, stiprinot zinātnes kapacitāti ar ietekmi uz ekonomisko transformāciju, piesaistot un noturot akadēmisko personālu.

Lai stiprinātu patriotisku jauno paaudzi un tās sagatavošanu profesionālajam militārajam dienestam, tiks izveidota

**Kopumā 58 pasākumiem piešķirti 644,6 miljoni eiro, tajā skaitā valsts budžeta finansējums 269,6 miljonu eiro un Eiropas Savienības fondu un cits ārvalstu finansējums 375 miljonu eiro apjomā.**

Foto - Vaduguns arhīvs

Kadetu vidusskola, izglītojot jauniešus inženierzinātnēs, līderības un militārajās prasmēs. Tikmēr, veicinot veselības pakalpojumu pieejamību, paredzēts stiprināt slimnīcu neatliekamās medicīnas un pacientu uzņemšanas nodāļu darbu, papildus izveidojot 34 aprūpes atbalsta personu darbavietas. Plāns paredz arī turpmāk nodrošināt valsts līdzdalību sabiedrībā ar ierobežotu atbildību "Daugavpils reģionālā slimnīca", kas veicinās vienlīdz pieejamus un kvalitatīvus veselības aprūpes pakalpojumus Latgales reģiona iedzīvotājiem.

Tiks turpināts nodrošināt atbalstu latgaliešu rakstu valodas attīstībai un valodas konsultāciju pieejamībai, tajā skaitā izglītības iestādēs, tādējādi stiprinot jaunajā paaudzē latgalisko identitāti un lokālpatriotismu. Vienlaikus, veicinot valsts un pašvaldību pakalpojumu pieejamību, arī turpmākajos gados paredzēts attīstīt Valsts un pašvaldību vienotos klientu apkalpošanas centrus. Austrumu pierobežā jau šogad plānots atklāt 31 jaunu vienoto pakalpojumu pieteikšanas kontaktpunktu – Balvu novadā (3), Livānu novadā (2), Preiļu novadā (3), Augšdaugavas novadā (5) un Ludzas novadā (18).

## Informē policija

### Meklē vīrieti!

Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Ziemeļlatgales ie-cirkņa Izmeklēšanas nodājas amatpersonas aizdomās par noziedzīga nodarījuma izdarīšanu meklē attēlā redzamo vīrieti. Ja jūsu rīcībā ir jebkāda informācija, kas sekmētu viņa personības un atrašanās vietas noskaidrošanu, aicināti zvanīt Valsts policijai uz tālrūja numuru 64603577 vai 112 vai rakstot uz e-pasta adresi: ziemellatgale@latgale.vp.gov.lv.



Likumsargi aicina atsaukties arī pašu attēlā redzamo personu.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

\* Sākums 1.lpp.

Balvu novada pašvaldības domes priekšsēdētājs Sergejs Maksimovs, sveicot jubilāri, uzsvēra, ka vārds 'skolotāja' ir mīļš un sirdi sildošs. Viņš atklāja, ka, rakstot savus mērķus, ierakstījis, ka veseligi vēlas nodzīvot līdz 105 gadiem: "Esam atnākuši divu iemeslu dēļ. Vispirms jūs apsveikt un, otrkārt, pajautāt, kāds ir tik ilga un skaista mūža noslēpums? Kas mums jādara?" Novada vadītājs dāvanā pasniedza aicinājumu uz Latvijas simtgadnieku salidojumu, kas 26.aprīlī notiks Rīgā. Iespējamo atbildi par garā mūža noslēpumu pavēstīja Balvu Centrālās bibliotēkas direktore Ruta Cibule: "Visu mūžu ir jādzied, jo daudzos gadu desmitos visvairāk sanācis Olgai teikt paldies par dziesmu, ko viņa ir nesusi, mācījusi un ar savām sievām kopā dziedājusi, par ko mēs esam priecījušies." Savukārt Tilžas pakalpojumu centra vadītāja Anna Bērziņa pastāstīja, ka skolotāju Olgu Tilžas pagastā zina kā sirsniņu un vienkāršu cilvēku: "Viņa labestīga ir bijusi kā audzinātāja, priekšmetu pasniedzēja un vienkārši jauks cilvēks ar smaidu."



**Atklāj noslēpumu.** Tilžas Kultūras un vēstures nama vadītāja Daiga Lukjanova priecājās, ka jubilāre ir viņas bijusī ķīmijas skolotāja: "Olga uzskatīja, ka ļoti labi saprotu ķīmiju, bet es neko no tās nesapratu. Skolotāja bija pārsteigta, ka no ķīmijas eksāmena priecīga izlidoju, saņemot trijnieku. Viņa ir inteliģences paraugs Tilžā."



**Pazina visas trīs māsas.** Bijušais Tilžas vidusskolas direktors Voldemārs Čeksis lepojas, ka pazinis visas trīs māsas, kuras bija skolotājas: "Viena māsa man bija ķīmijas skolotāja Gaigalavas vidusskolā. Tad, kad atnācu strādāt uz Tilžas vidusskolu, kolēges bija gan Olga, gan Anastasija Klitončika. Principā Olgu pazistu pusgadsimtu, bet citu māsu – 80 gadus. Jubilāre, salīdzinot ar pārējām māsām, bija ieturēta un diplomātiska. Patīkami, ka šādi gudri, izturīgi un humora pilni cilvēki Tilžā veido kultūrlāni. Skolotāja nekad nereagēja asi, necentās pierādīt savu taisnību. Viņa teica: "Visam sava laiks." Jautājot, vai laika pietiks, Olga lakoņiski atbildēja: "Pietiks." Tas arī ir viņas garā mūža noslēpums."



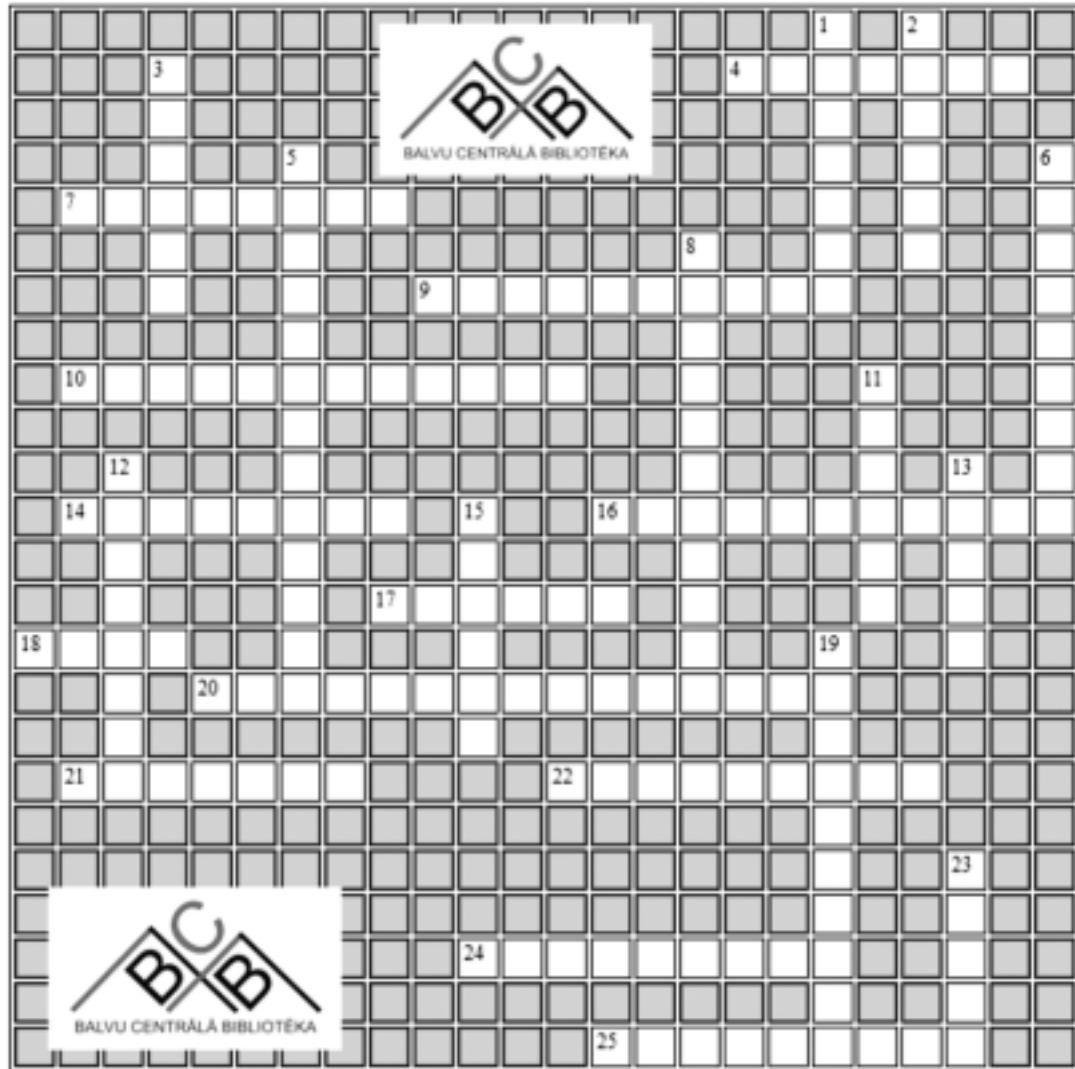
**Lai visiem veicas!** "Ir sasniegti grandiozi simts gadi. Ir taču vērts vēlēt un teikt pateicības vārdus tam, kurš klausīs. Kā visas mammas, arī viņa ir bijusi pati galvenā, pati labākā, pati gudrākā. Viņas dzīves moto: "No gadiem, no ļaudīm, no sevis pašas izspiest beidzamo, visu izdzīvot." Un tā viņa arī dara. Lai viņai, tāpat kā visiem klātesošajiem, veicas!" vēlēja jubilāres meita Veneranda.



**Dziesmas velta karalienei.** Tilžas etnogrāfiskā ansambļa "Sagša" vadītāja Daiga Jēkabsone ir pārliecināta, ka Olga ir karaliene: "Dieviņš tev sagādājis skaistu un saulainu dienu. Saule spīd kā vasarā! Tāda karaliene tu esi bijusi un pa mūžu gājusi. Mēs esam bezgala pateicīgas par to, ka esi bijusi mūsu galvenais *runas vīrs*, mūsu padomdevējs un folkloras mantojuma pētniece."

## Prātnieks

Atbildes uz konkursa jautājumiem gaidīsim līdz nākamā mēneša pirmajam datumam Balvu Centrālajā bibliotēkā, zvanot uz tālrungi 64522111 vai elektroniski uz e-pastu: agnija@balvurcb.lv



### Vertikāli

- Kas ir dārgāks par zeltu?
- Kā vēl starp senajiem latviešiem tika dēvēts janvāra mēnesis?
- Ādamābols jeb...
- Vārda 'katastrofa' latviskojums.
- Pareizruna jeb...
- Zemnieku saimniecības nosaukums, kurā atrodas Latgalē vienīgais, privātais senlietu muzejs.
- Ledus lietus, sasalstošs lietus jeb...
- Vissīkākie asinsvadi.
- Kurā pilsētā 2024.gada 30.decembrī gaisa temperatūra no rīta bija +8,4 grādi?
- Sala, kas ir slavena ar senajām stikla ražošanas tradīcijām.
- Klostera nosaukums, kas tika uzcelts Viljakas ezera salā 1293.gadā.
- Lasītāju balsojuma "Zvaigznes grāmata 2024" pieprasītākās grāmatas bibliotēku lasītāju balsojumā autore (uzvārds).

### Horizontāli

- Kurš likums definē "Ja kaut kas var saiet grīstē, tā arī notiks"?
- 2024.gadā apgāda Zvaigzne ABC pirkta kā latviešu literatūras grāmatas autore (uzvārds).
- Sena tradīcija, kas daudziem cilvēkiem sniedz iespēju apdomāt savus mērķus, nodoties jaunam dzīves posmam, ir Jaungada...
- Dabas parādība, kad vējš pa gaisu sev līdzi nes sniegpārslas.
- Nosaukums 2022.gadā uzņemtajai latviešu un lietuviešu filmai, kuras režisors ir Viesturs Kairišs.
- Grāmatas "Vārnas" autore (uzvārds).
- Ledus atlīzu krāvums (jūrās, upēs, ezeros).
- No sniega blokiem būvēta kupolveida celtne.
- Ticējums vēsta, ka šajā dienā jānoņem Ziemassvētku dekorācijas.
- Vārda dienas gavīlnieks janvārī.
- Janvāra mēneša latīniskais nosaukums.
- Vārda dienas gavīlniece janvārī.
- Grāmatas "Herbārijs ar leduspuķēm" autore (uzvārds).

## 12. kārtas atbildes

### Vertikāli

- Dāvana.
- Ieva.
- Ķekatas.
- Grinčs.
- Egle.
- Salūts.
- Kamanas.
- Krilova.
- Šampanietis.
- Sniegavīrs.
- Grūbers.
- Ezerliči.
- Puansetija.
- Rubenis.

### Horizontāli

- Sniegs.
- Šampaņa.
- Vainags.
- Rūdolfs.
- Piparkūkas.
- Adverte.
- Slēpošana.
- Igaunīši.
- Circenīši.
- Olives.
- Decembris.
- Vasks.
- Mandarīns.

**Pareizās atbildes iesūtījuši:** D. Lubāne, M. Paidere, I. Homko, E. Barkāne, V. Ločmele, Z. Pulča, L. Mežale, Ā. Zeltkalne, A. Jugane, J. Pošeika, I. Svilāne, Ľ. Baranova, A. Mičule, V. Ruduka.

**Balvu no apgāda "Zvaigzne ABC" saņem** MARUTA PAIDERE no Balviem. Balvu var saņemt Balvu Centrālajā bibliotēkā.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

## Informē VID un VSAA

### Daļai pensionāru pārrēkinās janvāra pensijas un neizmaksāto starpību izmaksās janvārī un februārī

Kā zināms, no šī gada 1.janvāra ir stājušās spēkā jaunas tiesību normas, kas paredz būtiskas izmaiņas pensionāra neapliekamā minimauma piemērošanā. Līdz šim vienāds pensionāra neapliekamais minimums 500 eiro apmērā tika piemērots visiem pensionāriem, neatkarīgi no tā – persona bija strādājoša vai nestrādājoša, un bez saistības ar algas nodokļa grāmatiņas atrašanās vietu.

No 2025.gada, lai nestrādājoša pensionāra pensijai automātiski piemērotu pilno divreiz palielināto pensionāra neapliekamo minimumu 1000 eiro apmērā, Valsts ieņēmumu dienesta (VID) Elektroniskās deklarēšanas sistēmā (EDS) algas nodokļa grāmatiņā ir jābūt norādītai Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūrai (VSAA) kā galvenajai ienākuma gūšanas vietai, kas lielākoties sistēmā tā uzrādās pēc noklusējuma. Taču, ja algas nodokļa grāmatiņa EDS sistēmā nav iesniegta VSAA, neapliekamais minimums 1000 eiro apmērā pensijai netiek piemērots automātiski, un tas var ietekmēt izmaksājamo pensijas summu.

Uzsākot janvāra pensiju izmaksu un saņemot jautājumus no pensionāriem, tika konstatēts, ka VSAA rīcībā nav visu nestrādājošo pensionāru algas nodokļa grāmatiņu, kas personām, kam pensija ir lielāka par 500 eiro, ietekmēja izmaksājamo pensijas apmēru.

Šo pensionāru janvāri izmaksātajām pensijām ir piemērots iepriekšējais neapliekamais minimums 500 eiro, nevis 1000



eiro, kā paredz izmaiņas tiesību aktos. Tas nozīmē, ka no pensijas apmēra, kas pārsniedz 500 eiro, ieturēts iedzīvotāju ienākuma nodoklis 25,5%.

Sobrid VID aktīvi strādā, sadarbojoties ar VSAA, lai nodrošinātu visu nestrādājošo pensionāru algas nodokļa grāmatiņu iesniegšanu VSAA un līdz ar to VSAA varētu veikt pēc iespējas operatīvāku pensiju pārrēkinu.

Pensionāriem, kuri nav darba attiecībās un kuru ikmēneša pensijas apmērs ir lielāks par 500 eiro, no savas puves nekas nav jādara. Pēc informācijas par algas nodokļa grāmatiņām saņemšanas no VID, VSAA operatīvi veiks pārrēkinu un neizmaksāto starpību izmaksās vai nu atsevišķā maksājumā vēl janvārī, vai kopā ar februāra pensiju. Personām, kuras pensijas saņem ar piegādi dzīvesvietā, starpība tiks izmaksāta kopā ar februāra pensiju.

## Iespēja

### Aicina pieteikties brīvprātīgajam darbam Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkos

XIII Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku veiksmīgas norises nodrošināšanai līdz 2025.gada 9.februārim aicināti pieteikties brīvprātīgie palīgi. Svētku laikā plānots nodarbināt apmēram tūkstoti brīvprātīgo. Plānots, ka brīvprātīgie sāks darboties jau pirmssvētku periodā, bet visaktīvāk tiks iesaistīti organizatoriskajos procesos svētku laikā – no 5. jūlijā līdz 13. jūlijam, informēja svētku rīkotāji.

Pieteikties aicinātas personas, kuras līdz 2025.gada 1.jūnijam sasniedušas 16 gadu vecumu, ar labām latviešu valodas zināšanām. Potenciālajam brīvprātīgā darba veicējam jābūt gatavam veltīt 24 līdz 40 stundas brīvprātīgā darba veikšanai, kas pakārtotas svētku rīkotāju sastādītajam grafikam. Pieteikumu aizpildīt iespējams svētku tīmekļvietnē.

“Brīvprātīgo” palīgu atbalstīt dalībniekiem, apmeklētājiem un organizatoriem ir nozīmīga un neatņemama svētku sastāvdaļa. Tā ir iespēja iesaistīties svētku organizatoriskajos procesos, iegūt jaunu pieredzi un piedzīvot svētku prieku un emocijas. Dziesmu un deju svētki ir milzīgs kopdarbs, un paldies katram, kurš atrad sevī aicinājumu kļūt par daļu no tā!” uzsver XIII Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku Rīcības grupas vadītāja Inga Vasiljeva.



Katram brīvprātīgajam svētkos tiks nodrošināta ēdināšana, ja dienā darbs tiks veikts ilgāk nekā četras stundas. Būs nodrošināta iespēja bez maksas izmantot Rīgas sabiedrisko transportu, tiks nodrošināta veselības un dzīvības apdrošināšana pret nelaimes gadījumiem, tiks izsniegtā svētku identifikācijas (ID) karte un darba atribūtika. Uzrādot brīvprātīgā ID karti, svētku laikā varēs bez maksas apmeklēt vizuālās un vizuālā plastiskās mākslas izstādi “StaroJums”, pūtēju orķestra koncerta “Tā radās skaņa...” generālmēģinājumu, noslēguma koncerta “Te-aust” generālmēģinājumu un noslēguma koncertu “Te-aust”.

### Piesaki jaunieti “Jauniešu gada balvai 2024”!

Ar mērķi veicināt Balvu novada jauniešu izaugsmi, novērtējot viņu sasniegumus, līdzdalibū un ieguldītā darba nozīmīgumu sabiedrībai, apzināt aktīvākos un talantīgākos Balvu novada jauniešus un izvērtēt viņu sasniegumus, kā arī popularizēt jauniešu paveikto, aktualizēt un palielināt jauniešu iniciatīvu un līdzdalibū novada sabiedriskajā dzīvē, Balvu novada Bērnu un jauniešu centrs organizē konkursu “Jauniešu gada balva 2024”.

KONKURSA NOMINĀCIJU SANĀMĒJĪ IR:

- jaunieši, kas darbojas Balvu novada administratīvajā teritorijā;
- jauniešu organizācijas, kas darbojas Balvu novada administratīvajā teritorijā;
- fiziskas vai juridiskas personas, kuras ir atbalstījušas jauniešu aktivitātes, idejas Balvu novadā.

KONKURSA NOMINĀCIJAS:

- Gada brīvprātīgais;

- Gada jaunietis vai jauniešu grupa mākslā;
- Gada jauniešu balsts;
- Gada jaunietis skolā;
- Gada jaunietis pagastā;
- Gada aktīvākā jauniešu grupa;
- Facebook simpātiju balva.

**Visas nominācijas tiek piešķirtas par 2024.gada aktivitātēm.**

Pretendentu izvirzīšanas kārtība:

Līdz 2025.gada 31.janvārim fiziskas personas no 13 gadu vecuma un juridiskas personas tiek aicinātas izvirzīt pretendentus konkursa nominācijām, aizpildot pretendenta pieteikuma veidlapu “Pieteikums Balvu novada konkursam “Jauniešu gada balva 2024”” (pielikums), kas pieejama elektroniski pašvaldības tīmekļvietnē [www.balvi.lv](http://www.balvi.lv) vai BNBBC, Brīvības ielā 48, Balvos, Balvu novadā, LV-4501.

Pieteikums kopā ar 3 – 5 fotogrāfijām jāiesniedz klātienē BNBBC, Brīvības ielā 48, Balvos, Balvu novadā, LV-4501, vai sūtot uz e-pastu: [bnbjc@balvi.lv](mailto:bnbjc@balvi.lv)

## Informē VMD

### 2024.gads aizvadīts bez nelaimes gadījumiem medībās

Valsts meža dienests apkopojis statistiku par 2024. gadā veiktais medību kontrolēm, secinot, ka biežākais medību pārkāpums bijis nelikumīgas medības. Būtiski minēt, ka jau otrs gads ir aizvadīts bez nelaimes gadījumiem medībās.

Informē Valsts meža dienesta Medību daļas vadītājs VALTERS LŪSIS: “Šis ir otrs gads, kad nav fiksēti nelaimes gadījumi medībās, kas norāda gan uz medību kontroļu efektivitāti, gan mednieku atbildības limeni. Valsts meža dienests ir gandarīts par rezultātu, tomēr atgādina, ka drošības noteikumus jāturpina ievērot katrās medībās.”

2024. gadā Valsts meža dienesta amatpersonas veikušas 1278 medību kontroles, pārbaudot 548 medības un 5077 medību dalībniekus. Kopumā ir uzsākti 216 administratīvo pārkāpumu procesi par medības reglamentējošo normatīvo aktu pārkāpumiem. 212 lietās ir pieņemti lēmumi par administratīvā soda uzlikšanu 12754 eiro kopejā apmērā. 14 lietās medniekiem papildus piemēroti medīšanas tiesību ierobežojumi.

Izvērtējot 2024.gadā veikto medību kontroļu statistiku, visvairāk – 63 gadījumos – konstatētas nelikumīgas medības. 56 administratīvo pārkāpumu lietas ierosināts par medību drošības un medību šaujamieroču izmantošanas noteikumu pārkāpumiem. 43 gadījumos konstatēti pārkāpumi, veicot medību vadītāja pienākumus. 2024.gads, tāpat kā 2023., ir aizvadīts bez nelaimes gadījumiem medībās, savukārt 2022.gadā tika konstatēti 7 nelaimes gadījumi, kuros cieta 7 medību dalībnieki.

Šajā medību sezonā mednieku sezonas kartes iegādājušies 18 927 mednieki, kas norāda uz šosezon aktīvo mednieku skaitu. Iepriekšējā medību sezonā kartes iegādājās 19 754 mednieki, vēl pirms gada – 20 221 mednieks, kas liecina par mednieku skaitu samazinājumu.

Valsts meža dienests atgādina, ka Medību noteikumi jāievēro katram medību dalībniekam. Tāpat dienests aicina medniekus pirms katrām medībām vēlreiz atkārtot drošības prasības, stingri ievērot tās pašiem un aicināt to darīt arī citus medību dalībniekus.

### Mednieku eksāmenu grafiks 2025.gadam

Valsts meža dienests savā tīmekļvietnē un informācijas sistēmā “Meža valsts reģistrs” ir publicējis mednieku un medību vadītāju eksāmenu grafiku 2025.gadam.

Ar mednieku un medību vadītāju eksāmenu grafiku 2025.gadam var iepazīties Valsts meža dienesta tīmekļvietnē apakšsadaļā “Medības” pie saistītajiem dokumentiem, izvēloties failu “Mednieku eksāmenu grafiks un norises vietas”. Eksāmenu grafiks pieejams arī Meža valsts reģistrā. Valsts meža dienests līdz jūnīem vērā, ka eksāmenu norises grafikā var tikt veiktas izmaiņas. Ja tādas rodas, eksaminējamie kandidāti par to tiek informēti, saņemot ziņu savos e-pastos.

Jau vairākus gadus mednieka un medību vadītāja kandidāta teorētisko zināšanu pārbaudījums notiek elektroniskā veidā Meža valsts reģistrā. Uz pārbaudījumu ierodas, nemot līdzī personu apliecinošu dokumentu un riku, kas ļauj autentificēties ar portāla [Latvija.lv](http://Latvija.lv) vienotās pieteikšanās moduli (piemēram, Smart ID, eID, eParakstu u.c.).

Pieteikties un veikt valsts nodevas apmaksu mednieka vai medību vadītāja kandidāta teorētisko zināšanu pārbaudījumam Meža valsts reģistrā iespējams ne vēlāk kā 24 stundas pirms norādītā eksāmena sākuma laika, savukārt praktisko iemaņu pārbaudījumu pieteikšanai ierobežojumu nav. Piesakoties eksāmeniem, persona var pieteikt arī mednieka vai medību vadītāja apliecības izgatavošanu, lai pēc sekmīgi nokārtotiem eksāmeniem tās varētu saņemt pēc iespējas ātrāk.

Mednieku un medību vadītāju kandidāti teorētiskos eksāmenus var kārtot kādā no deviņām Valsts meža dienesta eksāmenu norises vietām, kurās ir atbilstošs inventāra nodrošinājums. 2025.gadā jauno mednieku kandidātu un medību vadītāju eksāmināciju tiks nodrošināta arī Ogrē. Teorētisko eksāmenu norises vietas Balvu novadam tuvākās: Daugavpilī – Kr.Valdemāra iela 7, Gulbenē – Pamatu iela 14, Jēkabpilī – Mežrūpnieku iela 2a, Rēzeknē – Rēzna iela 6.

## Reklāmas cenas 2025.gadā Cenas ar PVN



⇒ **Vārdu sludinājumi** (pērk, pārdod, maina, dažādi, iepazīšanās, darbs u.c.):

- 0,60 EUR par vārdu
- izcelti burti – jāpiemaksā 2,50 EUR par katru reizi
- pievienota fotogrāfija vai logo – jāpiemaksā 2,50 EUR par katru reizi

⇒ **Līdzjūtības, apsveikumi:**

- teksts līdz 20 vārdiem – 8 EUR
- 2-rindu dzejolis un teksts līdz 20 vārdiem – 10 EUR
- 3-4 rindu dzejolis un teksts līdz 20 vārdiem – 12 EUR
- ja vairāk par 4 rindām dzejolis – par katru rindu + 2 EUR
- ja teksts bez dzejoļa pārsniedz 20 vārdus (palīgvārdus skaitot), papildus par katriem 20 vārdiem + 2 EUR
- rāmītis + 2 EUR
- krusts, zīmējums + 2 EUR
- par fotogrāfiju un zīmējumiem apsveikumos papildus nav jāmaksā

**Nekrologs:**

0,50 EUR/cm<sup>2</sup>

⇒ **Pateicības:**

- pēc laukuma – 0,90 EUR/cm<sup>2</sup> vai pēc vārdiem – 0,40 EUR par vārdu

⇒ **Pateicības vārdi** – tikai līdz 28 vārdiem, palīgvārdus ieskaitot – 5 EUR

⇒ **Reklāma pēc laukuma:**

- melnbalta – 1,25 EUR/cm<sup>2</sup>
- 1.lappusē – 1,40 EUR/cm<sup>2</sup>

⇒ **Projektu atspoguļojuma reklāmraksti** – Balvu novada pašvaldībām, tās sociālajām, mācību un sporta iestādēm, ārpusnovada mācību iestādēm – 280 EUR par lappusi, ja ir noslēgts līgums un minimālais laukums 200 cm<sup>2</sup>

⇒ **Reklāma mājaslapā:**

- Aktuāla informācija (sludinājuma teksta garums līdz 200 rakstzīmēm (7 diennaktis) – 48,40 EUR
- Standarta baneris (220x 340) (7 dienas) – 60,50 EUR
- Standarta baneris (220x 340 (28 dienas) – 108,90 EUR

# Pārliecinies, vai abonēji Vaduguni februārim?!

**Radās neskaidrības, zvani –  
tālr. 26161959.**

## Pērk

Pērk izcirstus mežus,  
3000 EUR/ha. Tālr. 25674659.

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



## Dažādi

Aprūpēšu vientuļu cilvēku. Tālr. 26611680.

Piedāvā darbu sievietei, var būt pensionāre, pensionāru viesu namā Lejasciemi. Jāprot gatavot ēst un uzkopt telpas. Iespējamais darba grafiks: nedēļu strādā, nedēļa brīva, iespējams dzīvot uz vietas.  
Tālr. 29128562.

## Līdzjūtības

Man palikuši tavi vārdi,  
Man palikusi tava sirds,  
Un liekas, ka ikviens zvaigznē  
Vēl tavas acis preti mirdz.  
Esam kopā ar Zandu Raciborsku  
un viņas ģimeni, MĀMIŅU mūžībā  
pavadot.

Biedrība Līdere

Neraudi, debestiņ, neraudi,  
Pārpārēm gana šai reizei.  
Šī ir tā smagākā diena.  
Neraudi, debestiņ, beidz jel...  
(M.Laukmane)

Visdziļākā līdzjūtība sāpu brīdi  
Pēterim, meitām un visiem  
tuviniekiem, Zemes mātes klēpi  
guldot sievu, māmiņu ĀRIJU.  
Veronika un Stepans Spridzāni

Cik grūti noticēt, ka nekad vairs  
dzīvē  
Mums neiznāks ar tevi parunāt,  
Un tāvu smaidu, vienkāršu un siltu,  
Mums vajadzēs tik sirdis saglabāt.  
(G.Selga)  
Izsakām līdzjūtību šajā smagajā  
brīdi Pēterim, Zandai, Aigai un  
Dignas ģimenēm, sievu, māmiņu  
un vecmāmiņu  
ĀRIJU RACIBORSKU mūžības  
ceļā pavadot.  
Anna, Vineta, Inese

Tas visskumjākais brīdis, kad mīla  
sirds  
Uz mūžu mūžiem pārtrūkst un  
stājas,  
Tad zvaigznes pie debesīm asarās  
mirķst  
Un tukšas kā klajums kļūst mājas.  
Mūsu kļusa un patiesa līdzjūtība  
vīram Pēterim, meitām un Lonijai,  
pavadot mūžībā  
ĀRIJU RACIBORSKU.

Martas Bērziņas ģimene

Ir sāpes, ko nespējam dalīt uz  
pusēm,  
Nav tādu vārdu, kas mierināt spētu.  
Nostājas blakus tev draugs un  
klusē,  
Kaut vai tā, lai tev palīdzētu.  
(O.Lisovska)  
Kad ziedos birst atvadu asaras,  
skumju brīdi izsakām patiesu  
līdzjūtību Aigai, Dignai, Zandai un  
Pēterim, miļo MĀMIŅU un SIEVU  
mūžībā pavadot.  
Rubeņu ģimene

Vārdi, ko viņa ir teikusi,  
Darbi, ko viņa ir veikusi,  
Dvēsele, ko viņa sevi nesusi,  
Dzīvos joprojām jūsu sirdis un  
atmiņas.  
Kad skuju sega gulst pār  
NELLIJAS VĪKSNINAS kapu,  
mūsu patiesa līdzjūtība vīram  
Genādijam, meitām Egitai un  
Svetlanai ar ģimenēm, kā arī  
pārējiem tuviniekiem.  
Kaimiņi Circeņi

