

Īpaši gatavojušies. Ukrainas Republikas Baltas pilsētas vadība un speciālisti līgumu parakstīšanu vēroja kuplā skaitā. Lēmumu par to viņi pieņēma 20.septembrī.

Edgars Gabranovs

28.septembrī Balvu novada domes sēdē deputāti atbalstīja ieceri noslēgt Sadarbības līgumu ar Ukrainas Republikas Odesas apgabala Baltas pilsētas pašvaldību. 6.oktobrī ZOOM platformā līgumu oficiāli parakstīja Balvu novada domes priekšsēdētājs Sergejs Maksimovs un Baltas pilsētas vadītājs Sergijs Mazurs.

Baltas pilsētas vadītājs Sergijs Mazurs pirms sanāksmes atklāšanas neslēpa, ka izņēmuma kārtībā pieņemis lēmumu šoreiz par darba valodu izvēlēties krievu valodu. Viņš uzsvēra, ka ukraiņiem ir divas dzīves – pirmais etaps līdz pērnā gada 24.februārim, otrs – karš. To skaidri un emocionāli atklāja draudzības pilsētas sagatavotās divas videoprezentācijas. “Nav neviena cilvēka, kuram tuvinieks vai radnieks neatrodas frontē. Nav neviena cilvēka, kurš naudā vai citāti neatbalsta mūsu varoņus,” piebilda Baltas pilsētas vadītājs.

Ukraiņi pieņēma S.Maksimova uzaicinājumu apmeklēt Balvus 11. vai 18.novembrī, vai jebkurā citā kolēģiem izdevīgā laikā.

Līgums paredz, ka PUSES atbalstīs partnerību un sadarbību šādās jomās:

1. Kultūra, māksla un tūrisms, tai skaitā, bet ne tikai, veidojot tiešus kontaktus un daloties ar pieredzi starp katras PUSES iestādēm un institūcijām, veicinot attiecīgo jomu nevalstisko bezpeļņas organizāciju, amatieru un profesionālo radošo un māksliniecisko kolektīvu sadarbību, kas izveidotas un/vai darbojas katras PUSES teritorijā.
2. Vispārējā izglītība, interešu un iekļaujošā izglītība, tai skaitā, bet ne tikai, veidojot tiešus kontaktus un daloties ar pieredzi starp katras PUSES iestādēm un institūcijām, veicinot attiecīgo jomu nevalstisko bezpeļņas organizāciju sadarbību, kas izveidotas un/vai darbojas katras PUSES teritorijā.
3. PUŠU teritorijā esošās jaunatnes un jauniešu organizāciju atbalstīšana, radot apstākļus to attīstībai, tai skaitā, bet ne tikai, ieviešot kopējās programmas un projektu pasākumus.
4. Pieredzes apmaiņu jomās, kas ir abu PUŠU pašvaldību kompetencē.
5. Citās jomās, par kurām PUSES papildus vienosies.

* Turpinājums 3.lpp.

Īsziņas



tošanos Kupravas ciema teritorijā, un ar izpratni izturēties pret notiekošajām apmācībām, kas nepieciešamas karavīru kaujas spēju uzturēšanai.

Izcina zeltu, sudrabu un bronzu

“Novada Garšas” noslēguma pasākumā Āgenskalna tirgū sadalītas “Produktu kvalitātes konkursa 2023” godalgas mazajiem ražotājiem un mājražotājiem: 19 produkti ieguvuši zelta, 82 – sudraba, bet 44 – bronzas medaļas. Vēl 44 ražotāji saņēma Atzinības rakstus par dalību konkursā. Lepojamies, ka zemnieku saimniecība “Kotiņi” saņēma trīs medaļas: bronza – auzu putraini; sudrabs – zirņu manna; zelts – speltas pilngraudu manna.

Nākamajā
Padugumā

● **Diemžēl prognozē nekļūdās**
Kara reportieris Balvos

● **Ja nokrītat no tilta**
Peldēt droši

Skrējiens apkārt Balvu ezeram

Atgādinām, ka 14.oktobrī plkst. 10.00 notiks “Skrējiens un nūjošana apkārt Balvu ezeram”. Starts – pilsētas parkā pie estrādes.

Iedzīvotāju ievēribai!

Līdz 13.oktobrim Kupravas ciemā notiks Sauszemes spēku Mehanizētās kājnieku brigādes karavīru apmācība ar mērķi trenēt kaujas iemaņas apbūvētā vietā. Apmācībā diennakts gaišajā un tumšajā laikā piedalīsies aptuveni 35 karavīri formas tērpos ar ieročiem. Mācībās trenēs arī orientēšanās prasmes un pārvietošanos nezināmā apvidū. Karavīri pārvietosies ar sešriteņu kvadricikliem un bruņutehniku CVRT, kā arī tiks uzstādītas mīnmetēju pozīcijas. Tāpat notiks divu bruņutehnikas vienību transportēšana ceļa posmā Ādaži–Kuprava. Aicinām iedzīvotājus neuztraukties, redzot karavīru pārvie-

Vārds redaktoram

Edgars Gabranovs

Mani nebāra un nesarāja. Kā mazs bērns nopriecājos, ierodoties skolotāju ballē. Interesanti, ka piektdienas pievakarē drudzaini spriedu, kurš gudrinieks nolēmis pasākumu rīkot pulksten astoņos vakarā. Ko tur darīt, ko tur spriest, kā apzinīgs cilvēks ierados pat pusstundu ātrāk. Redzot ar auto piepildīto stāvvietu, neviņus radās nejauka nojausma... Melni mākoņi savilkās, durvis atverot, bet lietusgāzi saņēmu, secinot, ka tik gaidītais skolotāju godināšanas pasākums tuvojas beigām. Paldies, ka novada vadītājs un izglītības pārvaldes speciālisti neņēmas skaidrot, ka ir būtiska atšķirība starp plkst. 18.00 un astoņiem vakarā.

Mani nebāra un nesarāja. "Iedosim bildes, ja vajadzēs. Palīdzēsim," Sergejs Maksimovs tēvišķi noteica. Jāatzīst, ka ilgajā žurnālista darbā bijuši dažādi atgadījumi un starpgadījumi. Savulaik bildēts bez tolaik tik nepieciešamās fotofilmīņas. Jā, tagad jaunieši, iespējams, pat nezina, kā tapa melnbaltās fotogrāfijas. Vēl spocīgāks atgadījums neizpalika, kad balvenieši sala un nolēma doties uz "Balvu Enerģiju", lai savdabīgā akcijā dāvātu sērkokciņus un kādu dēļa galu. Veiksmīgi visu sabildējot, filmiņu izņēmu, un tā, atvainojiet, maīta, izriepoja no rokām. Protams, garām brauca smagā automašīna. Nu kā tas var būt, ka vajadzēja pārbraukt pāri tieši pāris centimetrus garajam, bet tik vērtīgajam objektam.

Mani nebāra un nesarāja. Šādu secinājumu šad tad novēlu izdarīt it visiem. Ar humora piesitienu arī no-beigšu 'prāta vētru', atgādinot, ka visi cilvēki kļūdās, bet tikai lieli cilvēki atzīst savas kļūdas.

Keramies pie veco parku un aleju atjaunošanas

Ingrīda Zinkovska

Latvijas Pašvaldību savienība un Balvu novada pašvaldība organizēja semināru, kura mērķis ir izglītot pašvaldību pārstāvjus, tostarp daiļdārzniekus un apzaļumošanas speciālistus, par seno parku un aleju nozīmi.

Semināra pirmā daļa notika Balvu Kultūras un atpūtas centrā, kur pasākuma dalībnieki noklausījās šīs jomas profesionāļu stāstījumu, bet otrajā daļā devās izzinošā pastaigā pa Balvu parku un Lāča dārzu. Gan pirmajā, gan otrajā semināra daļā dalībnieki speciālistiem uzdeva interesējošus jautājumus un dalījās pārdomās. Par seno parku un aleju kopšanu stāstīja dendrologs ANDREJS SVILĀNS. Par ilgtspējīgu lietusūdeņu apsaimniekošanu, tostarp savākšanu un novadišanu vēsturiskajā ainavā, uzstājās ilgtspējīgās lietusūdens apsaimniekošanas un applūšanas riska analīzes eksperts JURĪJS KONDRATENKO. Par muižas parku ainavu plānošanas principiem, tostarp Balvu muižas apbūves un tai piegulošās teritorijas plānošanu, stāstīja ainavu arhitekte KRISTĪNE DREIJA. Gan radošus, gan praktiskus ieteikumus semināra dalībniekiem sniedza Latvijas Pašvaldību savienības padomniece SNIEDZE SPROĢE. Viņa bijusi ne vienā vien pašvaldībā un citviet.

Ko nevar celt, to nevar nest

Latvijā parki un alejas teju simtprocentīgi gadījumu ierikoti ap muižām vai kungu mājām, kā paraugu bieži vien izmantojot Eiropā izveidotos parkus, kas atgādina seno Ēģipti, Romu, Itāliju utt. Laikmetu griežos parki ir gan kopti, gan nekopti. "Ir nācies daudz sastapties ar nekoptiem parkiem, kas, jāteic, ir mazāks jaunums nekā tie, kas ir pārkopti. Nekoptos parkos var vēl kaut ko darīt, lai gan tur ir problēmas ar retām krūmu un koku sugām, kuras noēnojumā iet bojā. Tajos parkos, kur viss ir kopts, kur ziemā darbojušies cilvēki ar krūmgriežiem, nozāģējot jasmīnus un ceriņus, visus šķībos un greizos kokus, un atzarojot arī taisnos trīs metru augstumā, izveidojusies tāda telefonu stuba ainava. Taču putniem vajag dažādus kokus!" secināja dendrologs A.Svilāns. Līdz ar to, ja plāno kaut ko darīt ar vecas muižas parku, pats svarīgākais apzināt, kas tur ir, kādas ir pašvaldības finansiālās un cilvēkresursu iespējas. "Nav īsti prāta darbs apsolīties, saņemties un uzņemties nest kaut ko, ko nevar pacelt. Ir jāapzinās viss parka kultūrvēsturiskais konteksts, jo tikai ļoti retos gadījumos parks ir kaut kas atsevišķs. Ir nepieciešams apzināt parku fiziskās, juridiskās un vizuālās robežas. Mazie novadi saprata, ka nepavilks seno parku rekonstrukciju, tādēļ lielākoties neķērās klāt to atjaunošanai, labākajā gadījumā tikai sakopa. Tagad situācija mainījusi. Novadi kļuvuši lielāki, turīgāki," uzskata A.Svilāns.

Katram parkam – savs stāsts

"Katram parkam ir savs stāsts, ja tāda nav, tad tas ir jāizdomā," turpināja A.Svilāns. Latvijā sāk domāt par tūristu piesaisti simtiem parku. Ja nav saglabājušās vai atrastas vecas leģendas, tad tās jāizdomā no jauna. Latvijā ir tūrisma objekti, kur šīs leģendas radītas no jauna un cilvēki brauc. Tas viņus piesaista, – jo parka stāsts ir intriģējošāks, jo labāk. Papildinot dendrologa teikto, S.Sproģe pieminēja Katvaru muižas parku Limbažu novadā ar tā liepu aleju, kas veido tuneļa efektu. Šeit uzņemti skati kinofilmā "Tās dullās Paulīnes dēļ". No parka uz Katvaru ezeru ved divas terases, kur aktrise Lidija Freimane kaila gājusi peldēties un sēdējusi uz vienas no liepām, ko arī tagad sauc par Lidijas Freimanes liepu. Tūristiem stāsta arī leģendu par muižkungu Zommeru, kurš koku labirintā laidis meitenes un pēc tam puišus, bet pats klausījies, kā meitenes spiedz un jaunie cilvēki ņemas. Liepa ir vairākos administratīvo teritoriju ģerboņos. Šo ideju arī var attīstīt.

Ko gribam vai negribam redzēt

Ainavu arhitektes K.Dreijas redzeslokā vēsturiskie dārzi un parki nonākuši, studējot Biozinātņu un tehnoloģiju universitātē. Jautājums, kā šīs teritorijas, tostarp Balvu muižas parku, varam attīstīt un kas ir tie problēmjautājumi. "Stāsts ir par vēsturiskajām vērtībām, ko gribam saglabāt un nodot nākamajām paaudzēm, nebaudoties tām pievienot mūsu laikmetu raksturojošās – gan tehnoloģiskās, gan arhitektoniskās, vizuālās un citas," uzsvēra speciāliste. Dārzi un ainavas vienmēr ir procesā. Rekonstruēt un atjaunot to vērtības pēc ilga pār-



Balvu parkā. No parka centrālās daļas semināra dalībnieki devās uz ezermalu, kur dendrologs Andrejs Svilāns (attēla vidū) novērtēja ainavu, kur lielākoties aug lieli un veci koki. Dendrologs puda viedokli, ka ainavā iederētos arī mazāki krūmi, vasaras puķes, tad vieta neatstātu tik sterilu iespaidu, – parādītos karmenes, tauriņi. Nolaizītā vietā kukaiņiem nav ko darīt. Dendrologs vēlējas zināt, cik bieži parkā plauj zāli, uz ko saņēma atbildi, ka parka daļā, kur notiek tā intensīva izmantošana, plauj biežāk. Diez vai pilsētas iedzīvotājiem patīktu, ja arī ezermala būtu aizaugusi. Pilsētas apzaļumošanas speciāliste informēja, ka Balvu ezerā plauj niedres, un interesējās, vai tās nopļaujamas pilnībā. Dendrologs atbildēja, ka vietām vēlams atstāt niedru pudurīšus. Kāds no semināra dalībniekiem vērsa uzmanību uz to, ka parkā likvidētu vecos celmus, kas izskatās kā satrupējušas kāpostu serdes. Sarunā iesaistījās arī Pašvaldību savienības padomniece. Viņa ieteica ezermalā atrast vietu savvaļas pavasara puķēm, piemēram, narcisēm, kas labi izskatītos, braucot pāri tiltam. Viņa to noskatījusi kādā citā vietā. Re, cik daudz labu ideju rodas dabā!

Parka Brīvdabas

estrāde. Stāvēt pie Brīvdabas estrādes Balvu parkā, ainavu arhitekte K.Dreija atzina, ka tikai nesen atklājusi, ka agrāk skatuves būvēja katram pasākumam no jauna. Šī estrāde būvēta 20.gs. 70.gados. Turklāt daudzviet mākslinieki uz koncertiem izvēlas braukt ar savām estrādēm.



traukuma ir sarežģīti. Taču šis ir tas brīdis, kad var vēl pieņemt drosmīgus lēmumus, lai nākamajām paaudzēm vieglāk apsaimniekot šīs teritorijas. Speciāliste pieminēja uzņēmuma "Labie koki" veikto Balvu parka koku inventarizāciju, kur ir gan izcilu, gan vērtīgu, gan mazvērtīgu koku sugas. Lai nomaiņītu mazvērtīgās sugas, jāplāno gudri, lai tas neietekmētu sabiedrību un parka veidotāju pašus. No sākuma stādīt, tad cirst. Daudzi no jauna veidotie koku stādījumi ir haotiski veidoti, jo koki stādīti gan Meža dienās, gan dažādos pasākumos, piemēram, izlaidumos, aizstādot ar tiem laukumus, kuriem vajadzētu būt brīviem. Runājot par parku, tika pieminētas vēsturiskās pastaigu takas, piebraucamais ceļš pie muižas ēkas, vidi degradējošais objekts – parkā iebūvētā estrāde, kā arī no parka pāri ezeram redzamais skurstenis – padomju industriālais mantojums. Jāpiebilst, ka pašvaldībā izsludināts metu konkurss Balvu muižas un ezera krastmalas publisko ārtelpu attīstībai.

Latvijā

Sola cīnīties par samazinātu PVN pārtikai.

Zemkopības ministrs Armands Krauze (Zaļo un Zemnieku savienība) sola cīnīties par samazināto pievienotās vērtības nodokļa (PVN) likmi ne tikai augļiem un dārzeņiem, kuriem pēc 5 gadiem atkal piemēros pilnu 21% likmi, bet arī citiem pārtikas produktiem, taču prognozē, ka agrākais, kad to varēs panākt, ir 2025.gads.

Izglītības ministriju pamet vadošie ierēdņi.

Aizvadītajā nedēļā atlūgumu iesniegusi Izglītības un zinātnes ministrijas valsts sekretāre. Līdz ar to ministriju nepilna gada laikā būs pametuši visi augstākie ierēdņi, vēsta LTV raidījums "de facto". Par aiziešanas iemesliem neviens no viņiem nerunā.

Latvijas valstspiederīgie Izraēlā.

Apšaudēs starp Izraēlas armiju un radikālo palestīniešu "Hamas" grupējumu gājuši bojā jau vairāk nekā 1000 cilvēku. Izraēlā izsludināts karastāvoklis, kas ļauj īstenot plašus militārus pasākumus. Gazas joslā Izraēlas gaisa uzlidojumu dēļ pārvietoti 123 000 palestīniešu, un gandrīz 74 000 meklē patvērumu skolās. Uzlidojumos iznīcinātas vismaz 159 ēkas, vairāk nekā 1200 ēku ir bojātas, ziņo ANO. Latvijas vēstnieks Izraēlā Aivars Groza LTV un Latvijas Radio pastāstīja, ka Izraēlā pastāvīgi uzturas aptuveni 5000 Latvijas valstspiederīgo, lielākoties gan viņi ir dubultpilsoņi.

Vētra brīvdienās. Aizvadītajā nedēļas nogalē vētras dēļ Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests (VUGD) saņēma vairāk nekā 1000 izsaukumu, Latvijas Radio pastāstīja VUGD pārstāve Ilze Dāme Birziņa. Pirmdienas rītā elektroapgāde vēl bija traucēta aptuveni 1500 klientiem.

Kļūs siltāks. No nedēļas vidus laiks Latvijā kļūs ievērojami siltāks, tomēr atkal gaidāms spēcīgs vējš, liecina prognozes. Brīvdienās Latviju sasniegs jauns ciklons, atkal gaidāms spēcīgs dienvidrietumu, rietumu vējš, taču tas īslaicīgi pie mums ienesīs ļoti siltu gaisu un sestdien temperatūra var paaugstināties līdz pat 13...18 grādiem, bet svētdien gan kļūs vēsāks. Nedēļas otrajā pusē bieži gaidāms lietains laiks.

(Ziņas no www.lsm.lv)

Pirms 2022.gada 24.februāra

*Sākums 1.lpp.



Skaista pilsēta. Balta ir pilsēta Ukrainas dienvidrietumos Odesas apgabalā, izvietojusies apgabala ziemeļrietumos – Kodimas upes krastā, 203 km no apgabala centra Odesas.

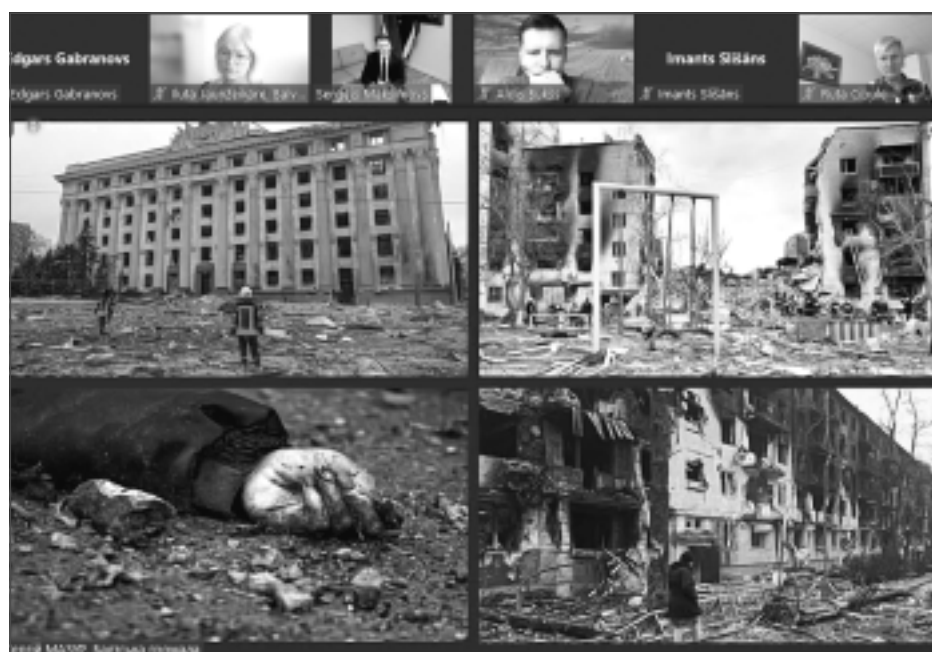


Pirms kara. Iedzīvotāju skaits: Baltā – 18 079 (2021.gada dati); Balvos – 5 699 (2022.gada dati, novadā – 11 261). Attālums: 1603,87 km (1035 km); braucot ar auto – 12,9 stundas; lidojot – 1,2 stundas.

Pēc 2022.gada 24.februāra



Postaža. Pilsēta vienmēr pieminēs 42 jaunu cilvēku vārdus, kuri krituši frontē.



Slava varoņiem! Foto vidū – jauniets, kurš saņēmis vairākus apbalvojumus. Foto no kreisās – tankists, kurš atvairījis okupantu uzbrukumus, ievainots, vairāk nekā divas dienas rāpojis pie savējiem, kad viņa ciņu biedri krita kaujā. Šobrīd ierindā. Foto no labās – veiksmīga uzņēmēja Anžela (pieder stomatoloģijas klinika), kura 2022.gada 25.februārī devās uz fronti un joprojām aizstāv Dzimteni.

Izlaiduma dienā. Neskatoties uz okupantu apšaudēm, skolu absolventi svin arī svētkus.

Īsumā

Pārdomas par pateicību

Septembra nogalē Balvu Evaņģēliski luteriskās draudzes namā notika sieviešu vakars par pateicību.

DAGNIJA VAICKOVSKA stāsta, ka ciemos bija Marija Duļbinska, kura dalījās liecībās, stāstot par savu dzīvi un lietām, par kurām viņa pateicas. “Pārdomājām par pateicību katra pie sevis, dalījāmies pārdomās, kas ir tās lietas, par ko dzīvē pateicamies Dievam. Sākumā, protams, jānonāk līdz secinājumam, lai saprastu, ka visas labās lietas nāk no Dieva, ka nav nejaušību, ka Dievs mūs bagāti svētī, par mums gādā, dažreiz dara arī brīnumus. Tālāk tad iespējams ieraudzīt tās lietas, par kurām varam pateikties, un Dievs grib, lai mēs pateicamies. Lietas, par ko pateikties, piemēram, ir jauna diena, kad varam atvērt acis un piecelties; būt veseli; būt kopā ar saviem mīļajiem; ir maize, ko ēst; ir savas mājas un darbs; ir mūsu zeme un mūsu pilsēta; ka valstī ir miers; par veselību un visām lietām, kas ikdienā ir svarīgas, bet reizēm šķiet pašsaprotamas un kuras nenovērtējam,” skaidro D.Vaickovska. Sieviešu vakarā tikšanās dalībnieces domāja arī par to, vai spēj pateikties grūtos dzīves brīžos, kā arī par to, cik daudzi cilvēki ir ciešanās, pārbaudījumos un nelaimēs dažādu rīcību rezultātā, atzīstot, ka Dievs cilvēkus svētī un neatstāj.

Draudzes pārgājiens

1.oktobrī notika Balvu Romas katoļu draudzes organizēts pārgājiens skolas vecuma bērniem un tiem, kuri sirdi jūtas jauni.

“Ar Balvu katoļu draudzes prāvesta Gunta Brūvera svētību devāmies pārgājienā uz Balvu veco parku, kur baudījām maltīti, cepām desiņas, spēlējām spēles, bija arī neliela katehēze. Pārgājiens bija lielisks, bija daudz prieka, smieklu un tuvākmiestības. Arī turpmāk plānojam reizi vienā vai divos mēnešos doties kādā pārgājienā vai rīkot kādu aktivitāti draudzē. Novembrī patriotiskā noskaņā dosimies uz Stompaku purvu,” stāsta Balvu Romas katoļu draudzes locekle ZANDA ARNICĀNE. Draudzē piedāvā svētdienas skolas nodarbības mazajiem un lielajiem bērniem. Mazajiem bērniem (3 – 6 gadi) tā ir Labā Gana katehēze – Montessori pedagoģijā balstīta svētdienas skoliņa. Savukārt lielajiem bērniem (8 – 12 gadi) būs nodarbības, kurās iekļauta publiskās uzstāšanās apmācība, ko vadīs Iveta Supe, mūzikas apmācību vadīs Jānis Budevičs, un katehēze, ko vadīs Zanda Arnicāne. “Aicinām pieteikties tos, kuri vēlas pieņemt Pirmo Komūniju, kā arī tos bērnus, kas vēlas padziļināt savas zināšanas, iegūt jaunus draugus un pavadīt labi laiku,” teic Z.Arnicaņe.



Foto - no personīgā arhīva

Pārgājiena dalībnieki. Pasākumā piedalījās 19 cilvēki, no tiem 12 bija bērni. “Principā pārgājienā gāja ģimenes ar bērniem, taču tajā var piedalīties visi, kuriem patīk doties ārā, piedzīvojumā ar Dievu,” skaidro Z.Arnicaņe.



Foto - no personīgā arhīva

Brīvā dabā. Pasākums bija gan izzinošs, gan izklaidējošs.

Tikšanās ar dzejnieci

Iepazīstina ar grāmatām, kaķiem un putniem

4.oktobrī Balvu Centrālajā bibliotēkā notika tikšanās ar dzejnieci, publicisti un redaktori, bērnu grāmatu autori un izdevēju INESI ZANDERI.

Dzejniece lielākoties pazīstama ar bērniem veltītu dzeju, viņas teksti ir komponēti, pēc dzejas uzņemtas vairākas animācijas filmas, piemēram, “Nikno lapsēnu maršs” un “Miega vilcieniņš”. Par devumu literatūrā dzejniece ir saņēmusi augstāko valsts apbalvojumu – Triju Zvaigžņu ordeni – un vairākus citus apbalvojumus, piemēram, Literatūras gada balvu.

Sarunas par kaķiem

Tiekoties ar klausītājiem, autore atzina, ka Balvos nav pirmoreiz. “Zinu, ka daudzi bērni domā, ka dzejnieki ir senu laiku cilvēki, kurus tikai grāmatās var redzēt, ka viņi ir miruši, bet tā nav. Man ir četri mazbērni, rakstu bērniem, arī pieaugušajiem, strādāju izdevniecībā, kas izdod grāmatas tikai bērniem. Bērnu grāmatās bērni un pieaugušie vienmēr ir kopā ne tikai tāpēc, ka pieaugušie raksta grāmatas, bet arī tāpēc, ka pieaugušie nes līdz atmiņai par savu bērnību un lasa priekšā grāmatas,” atzina I.Zandere. Klātesošajiem dzejniece atklāja, ka pastāstīs par grāmatām, kurās ir sastopami viņas draugi. Viens no lielākajiem draugiem piedzima vienā dienā ar dzejnieci, kļuva par viņas pirmo un labāko draugu un nodzīvoja ar viņu kopā 12 gadus. Tas bija melns un spārnis runcis Bidzis, kuru vienreiz mazā Inese pat iejūdza ragaviņās: “Nevaru teikt, ka viņš bija sajūsmā. Nākamais kaķis manā dzīvē bija izdomāts. Tētis bija skolotājs, viņš ļoti zīmēja un dziedāja, prata spēlēt klavieres un bija iemīlojis Vitauta Ļūdēna dzejoli par runci Ūšuku.” Ēvalds Silpiņš par runci sacerēja dziesmu, ko dzejniece kopā ar klātesošajiem nodziedāja, sakot: “Tas nekas, ka visi to nepratisiet, bet ļaudēt pratisiet.” Tētis I.Zanderei uz katru dzimšanas dienu zīmēja apsveikumu, uz tā vienmēr bija redzams Ūšuks un torte.

Dzejniece, daloties pārdomās par grāmatām un to varoņiem, šķiet, aicināja klātesošos grāmatu lasīšanu pārvērst par piedzīvojumu un stilīgu nodarbošanos. Bērniem autore stāstīja par savu dzejoļu krājumu “Kaķis uz klavierēm”, kura nosaukums ņemts no tāda paša nosaukuma dzejoļa, kurš, autores vārdiem sakot, “nav par rāmu kaķi, kas snauz uz klavierēm un murrā, bet par negaidītu lēcienu, kas pilnmēness naktī uzrauj kājās visu māju, par noslēpumainu nakts dzīvnieku, kurš muzicē, staigājot pa klavieru taustiņiem. Par acīm, kas satraucoši spīd tumsā”. Dzejnieces un mākslinieces Anitas Paegles uzburtajā kaķu un cilvēku pasaulē vējo dabas klātbūtne, ko ir prieks pētīt un iepazīt.

Klātesošajiem bija iespēja dzirdēt dzejoļus ne tikai par kaķiem, bet arī par putniem, ko Inese Zandere tāpat atzīst par saviem draugiem. Piemēram, vienā no viņas dzejoļiem, ko autore nolasīja,



Foto - A.Kirsanovs

Klausītāji. Bērni klausījās dzeju par kaķiem, putniem un auto no jaunākajām I.Zanderes dzejas grāmatām, tikšanās noslēgumā pasniedza dzejniecei ziedus un lūdza autogrāfus.



Foto - A.Kirsanovs

Dzejniece. Inese Zandere bērniem raksta gan dzejoļus, gan stāstus, kas izdoti vairāk nekā 30 grāmatās, kas tulkotas vairākās valodās.

lakstīgalas stāsta saviem bērniem pasakas. Klātesošie dzirdēja dzejoļus arī par mašīnām (interesants un jauks izklausījās dzejolis par automašīnu “Toyota”, šim markas nosaukumam latviešu valodā ir tikai viena atskaņa – koijsots, ko dzejniece veiksmīgi izmantojusi), jaunajai grāmatai jau esot uzzīmētas ilustrācijas, tā drīz iznāks. Bērni aizrautīgi klausījās dzeju, kopā ar autori meklēja atskaņas un skatījās, kā dzeja pārvēršas animācijā.

Uzdevumi un jautājumi

Inese Zandere ar bērniem meklēja atskaņas dzejoli un mācīja, kā izdomāt atskaņas dažādiem vārdiem. Atskaņas, kā atzina I.Zandere, ir saskanīgs vārdu pāris, kas tiek likts dzejoļu rindu beigās. Uzdevums bērniem bija klausīties divas lietas – kādu atskaņu prasa un kas iesaka kaķīti saukt šādā vārdā (stripa – Knīpa, ausis – Rausis utt.). Klausītāji ļoti aktīvi iesaistījās visās dzejnieces piedāvātajās aktivitātēs. Skolēniem bija iespēja piedalīties arī vārdu meklēšanā, minot teikuma beigas. Piemēram, vajadzēja saskatīt paslēptos vārdus, izmantojot izceltos burtus, tādējādi uzminot pēdējo vārdu jautājumos (piemēram, vai burkāni lien burkā, vai zirneklis stāda zirņus, vai grāmatai ir mati?),



Foto - A.Socka

Grāmatas. Bibliotēkā interesenti varēja aplūkot dzejnieces grāmatas. Daudziem, šķiet, ļoti zināmi ir I.Zanderes dzejoļu krājumi, īpaši “lekšīņa un āriņa” u.c.

vajadzēja noķert vārdu, kas ložņāja pa teikumu: “Daktere Tupele un daktere Lapele slimnieku Kartupeli operē ar skalpeli.” Pamanījāt, uzminējāt? Tā ir pele.

Klātesošie uzzināja arī par skaitāmpantiem (piemēram, “Ā, bē, cē, dē, kaķis kala smēdē, kad tā smēde sāka degt, tad tas kaķis sāka lekt”), ka tie radušies no dažādām tautām, arī dzejoļi dažreiz ir pārtapuši par skaitāmpantiem.

Lappusi sagatavoja A.Socka

Kūpinātas vistas

Šogad mūsu ģimene iegādājās uz pasūtījumu izgatavotu ierīci '3 in 1' (trīs vienā) – kazans, grils un kūpinātava. Tajā ne tikai cepām šašliku, kazaņā gatavojām sautējumus, zupas, bet arī izmēģinājām kūpināt zivis, kas izdevās izcili garšīgas (pašas kusa mutē un nesalīdzināt pat ar tirdziņos pirktajām). Šoreiz vēlējāmies izmēģināt arī izkūpināt vistas, un rezultāts bija labāks nekā gaidījām!



Sastāvdaļas marinādei:

(Ar šo daudzumu tika marinētas divas veselas vistas, katra svēra 2 kg. Ja vistas ir mazākas vai tikai viena vista, sastāvdaļu daudzumu dala uz pusēm.)

- 4–5 litri ūdens (labāk izmantot filtrētu vai pudeļu ūdeni, jo, kūpinot vistas marinādē ar ūdeni no krāna, gaļai var būt nepatīkama piegarša);
- smalkā sāls – 4 ēdk. ar kaudzi;
- cukurs – 2 tējķ.;
- lauru lapas – 4 gab. (lielas);
- krustnagliņas – 8 gab.;
- melnie graudu pipari – 16 gab.;
- ķiploks – 8 daiviņas;
- timiāns – pēc garšas;
- baziliks – pēc garšas (timiānu un baziliku var gan svaigu, gan kaltētu; es izmantoju kaltētu).

Šī marināde sanāk ne pārāk sāļa (ja vēlaties sāļāku vistu, lieciet marinādei nedaudz vairāk sāls), tāpēc vistas pirms kūpināšanas nav jāmērcē tirā ūdenī. Tāpat arī, ja marinēsiet māju vistas, nevis veikalā pirtās, marinādei jāpievieno divas reizes vairāk sāls.



Marinādes pagatavošana un vistu marinēšana:

1. Notīriet ķiploka daiviņas un nomazgājiet zem tekoša ūdens. Ja liksiet klāt svaigos zaļumus, arī kārtīgi nomazgājiet.
2. Ielejiet katlā ūdeni, pievienojiet sāli un cukuru. Ieslēdziet lielāku uguni un gaidiet, līdz uzvārās.
3. Sagrieziet ķiploka daiviņas gareniski 4–5 daļās.
4. Vārošā ūdenī pievienojiet piparus, lauru lapas, ķiplokus, krustnagliņas, timiānu, baziliku vai citas jūsu izvēlētās garšvielas.
5. Samaziniet uguni līdz vidējam un ļaujiet vārīties marinādei 3–5 minūtes, tad noņemiet katlu no uguns un atdzesējiet marinādi līdz istabas temperatūrai.
6. Attīrītas un nomazgātas zem tekoša ūdens vistas ievieto katlā ar marinādi. Uz vistām nepieciešams uzlikt kādu slogu (smagumu), lai tās būtu pilnībā iegremdētas marinādē. Tad lieciet ledusskapī marinēties vismaz uz divām dienāktīm.
7. Pirms likt kūpināties, vistas izņemiet no marinādes un ļaujiet nožūt (vēlams – caurvējā stundas 3–4). Tad ievietojiet vistas kūpinātavā uz apmēram 3–4 stundām un uzturiet 100–110 grādu temperatūru. (Bet tas ļoti atkarīgs no kūpinātavas un vistu svara. Es tās gareniski iegriezu no vienas puses, lai ātrāk būtu gatavas.)



Padomi kūpināšanai:

- Kūpināt uz malkas oglēm, nevis gatavām, veikalā pirktajām.
- Zem vistām (kūpinātavas apakšā) ber skaidas, – vistai vislabāk izmantot alkšņa, ozola, apses).



Labu apetīti! Pēc šīs receptes vista sanāk sulīga, ar kraukšķīgu ādiņu.

Recepti gatavoja ALISE RŪŅA, foto – no personīgā arhīva

Ķirbju krēmzupa



Sastāvdaļas (3–4 porcijām):

- nedaudz sviesta (cepšanai),
- ķiploks – 3 daiviņas,
- ķirbis,
- kartupelis – 1 liels,
- burkāns – 1 liels,
- dārzeņu buljons,
- rozmarīns,
- saldaiss krējums – 250 g paciņa,
- sāls, pipari, saldā maltā paprika,
- sezama sēkliņas un maizes grauzdiņi.



Katliņā ieliek gabaliņu sviesta, apcep ķiploka daiviņas, pieliek gabaliņos sagrieztu ķirbi, kartupeli un burkānus. Apcep aptuveni 5 minūtes un tad pievieno dārzeņu buljonu tik daudz, lai nosegtu dārzeņus. Pēc vēlēšanās var pievienot dažus rozmarīna zariņus un visu vāra, kamēr dārzeņi ir ļoti mīksti. Rozmarīnu, ja tas pielikts, izņem laukā, dārzeņus sablendē, līdz veidojas viendabīga masa. Tad pievieno saldo krējumu, sāli, piparus, malto papriku un vēlreiz sablendē. Pasniedz ar sezama sēkliņām un grauzdiņiem.

“Pasēdnīcas” siera kūka



Sastāvdaļas:

- 200 g cepumu,
- 100 g sviesta,
- 30 g želatīna,
- 400 g salda krējuma,
- 150g cukura,
- 400 g svaigā siera,
- 1 citrons,
- 1 litrs dzērveņu sulas,
- 80 g klāro (*virskārtas stindzinātājs), šo var aizstāt arī ar želatīnu,
- augļi, ogas (dekorēšanai).



Cepumus (es ņēmu “Selga”) sadrupina mazos gabaliņos, pievieno izkausētu sviestu un samīca. Kārto kūkas formas pamatnē un liek ledusskapī atdzesēties. Želatīnu pārlej ar 50ml vēsa ūdens, sakuļ saldo krējumu ar cukuru. Atsevišķā traukā liek svaigo sieru (es izmantoju “Mascarpone”), tam pievieno citronu sulu no apmēram viena citrona. Samaisa un pievieno putukrējumam, nedaudz uzkuļ. Želatīnu uzsilda mikroviļņu krāsnī apmēram minūti, lej klāt masai un nedaudz uzputo. Ātri lej veidnē un izlīdzina. Tad vienu litru dzērveņu sulas liek vārīties, kad uzvārās, noņem no uguns un pievieno 80g klāro, iemaisa un ļauj atdzist. Dekorē ar ogām, augļiem – veseliem vai smalcinātiem. Lej pāri remdenu klāro un liek ledusskapī uz nakti. Lai ļoti garšo!

Receptes gatavoja VANDA GABRIELA KONOVALE

Lappusi sagatavoja S.Gugāne

Veselīgs dzīvesveids

“Balvu Roņi” atklāj sezonu un gaida ziemu

1.oktobrī tradicionāli sezonu atklāja ziemas peldētāji, tautā saukti par roņiem. Tagad viņi ik svētdienas rītu desmitos, neskatoties uz vēju, lietu vai sniegu, satiekas Balvu ezera pludmalē.

Latvijā reģistrēti vairāk nekā desmit ziemas peldētāju klubi, taču ir arī daudz individuālo peldētāju. Latvijas klubiem pamazām pievienojas arī “Balvu Roņi”, kuri atklāšanas dienā jau deviņos no rīta ieradās Balvu ezera pludmalē. Māris Daukste peldētājus iesildīja ar jogas vingrojumu “Sveiciens saulei”.

Zāgē āliņģus un iedvesmo citus

Teju divdesmit ziemas peldētāji ar savu dalību apliecināja, ka viņi ir norūdijušies, to turpina darīt arī individuāli. “8.oktobra rītā ar komandas “Nūjot prieks” dalībniekiem devāmies treniņā apkārt Balvu ezeram, lai pulksten desmitos kopā ar citiem satiktos un nopeldētos Balvu ezera pludmalē. Ja runā par “Balvu Roņiem”, esam kopā teju trīsdesmit cilvēki, arī seši gados jauni *roniši*. Esmu interesējies par oficiāla kluba izveidi, jo Latgalē tāda nav, bet pagaidām darbojamies tāpat – viss notiek. Aizvadītajā gadā saliedējāmies arī ar mērķi, lai virieši ezerā izcērt āliņģi, jo katram individuāli to izdarīt ir pagrūti,” pastāsta INTA OZOLA. Viņa atklāj, ka skaistumkopšanas pulciņa “Veselā miesā vesels gars” meitenes seko visām vadītājas aktivitātēm un arī vēlas pamēģināt aukstumpeldes. “Es neliedzu, tikai lieku to darīt kopā ar vecākiem vai to klātbūtnē. Tā aizvadītajā svētdienā uz peldvietu bija atnākusi aukstumpeldi izmēģināt Ineta Sējāne ar savu desmitgadīgo meitu. Protams, es runāju, ka pirms tam ir jānorūdās, ejot aukstā dušā vai pēc vasaras ilgāk peldoties rudenī,” piebilst Inta.

“Pirms peldes noteikti ir jāiesildās. Šoreiz es izmantoju jogas asanu “Sveiciens saulei”. Lai arī aukstumpelde nav vienīgā veselības recepte un iesnas var piemeklēt ikvienam, kopumā roņi slimo daudz retāk, arī es. Ziemā Balvu ezerā zāgēšu āliņģus ne tikai sev, bet arī citiem. Zāgus no Somijas esmu sagādājis arī citiem ziemas peldes cienītājiem. Ja viņi gribēs gatavoties sacensībām, zāgēšu 25 m garu peldceļu tur, kur būs izdevīgāka piekļūšana. Par to vēl vienosimies ar Intu,” stāsta boksa treneris MĀRIS DAUKSTE. Ar ziemas peldēm Māris nodarbojas jau apmēram gadus astoņpadsmit, un galvenā atziņa – tas nāk par labu veselībai.

Organisms pierod un norūdās

“Balvu Roņu” iniciatīvas organizatore ir Iveta Sarmanova un Inta Ozola, un aizvadītajā sezonā jau notikušas vairākas kopīgas aktivitātes, lietojot āliņģos gan kopā ar citiem, gan pašiem savās ūdenstilpēs. Ziemas peldēšana – tas ir gan sports, gan laba brīvā laika pavadīšanas iespēja, gan veselīgs dzīvesveids, arī kopā būsanas prieks. Ar ziemas peldēšanu var nodarboties ikviens praktiski vesels cilvēks, neatkarīgi no vecuma. Protams, lai to darītu, ir jānorūdās. Pieredzējušākā ziemas peldētāja IVETA UZSVĒRA, ka, peldoties vasarā un pakāpeniski turpinot rudenī, temperatūrai pazeminoties, organisms pierod un norūdās. *Roņi* pēc peldes atklāšanas dienā pārrunāja, kurā vietā labāk Balvu ezerā cirst āliņģus un vai piedalīties ziemas peldētāju sacensībās Latvijas mērogā. “Izrādījās, ka vairāki būs ar mieru izmēģināt arī sacensties. Domāju, aizbrauksim uz Mārupi, kur notiek ziemas peldēšanas sacensības. Pamēģināsim un sapratīsim, ko varam un spējam. Tad varēs domāt par citiem pasākumiem,” uzskata Iveta. Viņa ar ģimeni aizvadītajā gadā pie mājas izraka savu dīķi, un tāpēc katru dienu nav jāmēro ceļš uz Balvu ezeru.

Ik svētdienas rītu – desmitos

Tomēr kopīgās peldes ir vajadzīgas, jo ne visi var saņemties un vieni paši izdarīt izvēli. Tāpēc “Balvu Roņi” nolēma ik svētdienu pulksten desmitos, kuri var un grib, pulcēties Balvu pludmalē, jo grupā, citam citu atbalstot, ir vieglāk un drošāk. “Kur cirtīsim āliņģus ziemā, vēl domāsim. Daži uzskata, ka tepat, pludmalē, citi priekšroku dod ezermalai pie Vecā parka, jo tur ir aizvējš. Bet to vēl pārrunāsim kopā ar Intu, kura ir šī pasākuma iniciatore, – laiks rādīs,” pastāsta boksa treneris Māris Daukste. Ar Māri vienisprātis ir arī DIĀNA GARGEN-REDERE. “Es ziemas peldes uzsāku pagājušajā Jaungadā kopā ar vecāko meitu Sandiju, kurai ir jau sešpadsmit gadi. Redzējām sociālajos tīklos foto ar izcirstu āliņģi, pieņēmām lēmumu un aizbraucām. Tā pakāpeniski sākām braukt biežāk



Foto - Z. Logina

Sezona atklāta! Lai arī ūdens ezerā vēl nav tik auksts kā ziemā, sagatavošanās aukstumpeldēm jāuzsāk pakāpeniski. Daži no fotosesijas izvaiņās, iepeldot dziļāk ezerā, daži ieradās vēlāk, bet tas nav galvenais. Galvenais ir vēlme norūdit miesu un arī raksturu.

un biežāk. Taču āliņģi 19.janvārī, kad pēc dziednieku un bioenerģētiķu domām ūdens visās ūdenstilpēs un pat krānos iegūst dziedinošas īpašības, kāpjām jau gadus piecus,” atklāj Diāna. Viņa piebilst, ka sajūtas pēc peldes ir lieliskas, jo ir pārkāpts pāri savai nevarēšanai, ērtai ikdienas rutīnai. Ir prieks un gandarijums, uzlabojas arī veselība. Diāna gaida ziemu, kad varēs pievienoties “Balvu roņiem” āliņģos. EDĪTEI GERMANEI agrāk kāda aukstumpelde diķos vai sniegā pēc pirts bija tikai kā piedzīvojums, bet tagad viņa ir saņēmusies un nolēmusi, – ies aukstā ūdenī regulāri. Viņa ir vasaras peldētāja, kura bieži peld pāri Balvu ezeram, bet ziema un aukstums nav viņas mīļākais gadalaiks. “Aizvadītās svētdienas rītā ilgi sevi motivēju aiziet uz ezeru, jo aiz loga pūta stiprs vējš, turklāt es neesmu rīta cilvēks. Labi, ka saņēmos. Pelde tomēr dod tādu labu balansu ķermenim, tas ir kā pozitīvs šoks, kas organismā rada jaunus neironu savienojumus. Vasaras peldes pagarināju ilgāk rudenī un ziemā gāju āliņģi. Esmu sapratusi, ka ziemas peldēm man vajag kompāniju motivācijai, jo es nepanesu aukstumu, bet vasarās gribu peldēt viena. Ja runāju ar kādu citu par šo savu aizraušanos, visi tikai noskurinās,” smeļ Edīte. Savukārt INESE BRENTE sevi sauc par jauno *ronīti*, jo citiem peldētājiem pievienojusies tikai pagājušajā ziemā. “Es gribēju pamēģināt, bet mani trūka iekšējās pārliecības par sevi. Pat vasarās likās, ka ūdens ir auksts un grūti ielīst. Bet te, – uzreiz āliņģi! Iedrošināja citi, sakot – pamēģini! Uzsāku nevis pakāpeniski, bet uzreiz ar āliņģi janvārī. Pati biju pārsteigta, ka nemaz tik traki nebija. Interesanti tas, ka gribējās vēl, jo pēc peldes izdalās endorfīni, tā sauktie laimes hormoni. Pašsajūta bija pacilājoša! Labs garastāvoklis, enerģija, un tas arī *ievilka*. Tagad katru svētdienu pēc sezonas atklāšanas tiekamies ezera pludmalē un gatavojamies ziemai. Peldam arī pēc treniņiem,” atklāj Inese.

Pirmā pelde – nejausa un humora pilna

RUTAS CIBULES pirmā aukstā pelde bijusi nejausa un anekdotiska. “Meistars, kurš remontēja manu mašīnu, pastāstīja, kā viņš nedēļas nogalē vedis vienu kompāniju uz Igauniju, uz pareizticīgā klostera auksto avotu, un arī pats tajā ielīdis. Kaut kas mani tajā stāstā saviļņoja. Izvilku no mašīnas Igaunijas karti un teicu, lai ievēl krustiņu, uz kuriem jābrauc. Draugu Dzintaru ilgi pierunāt nevarējās, un pēc pāris dienām mēs jau bijām tur... Diena izrādījās īsti nejauka – apmākusies un lietaina. Pēc nobrauktajiem vairāk nekā 300 kilometriem noskaņojums arī galīgi nekāds, arī avotiņš neizskatījās aicinošs... Dzintars pateica *smalku* repliku par maniem nodomiem, – tas mani sakaitināja, un es ielīdu



Foto - Z. Logina

Jogas poza “Suns ar galvu uz leju”. Māris Daukste peldētājus iesildīja ar jogas vingrinājumiem, jo ar jogu Māris ir draugos jau apmēram divus gadus. Lai arī viņš saka, ka tas ir tikai savam priekam, tomēr labprāt dalījās arī ar citiem. Šoreiz Māris un ziemas peldētāji izpildīja jogas asanu “Sveiciens saulei”.

Iedainajā ūdenī. Kas viņam atlika!? Sekot. Pēc tam mēs vairākas vasaras braukājām uz vienu ledaino avotu starp Pleskavu un Pečoriem. Tāda forša mistiska vieta pie kapiem un baznīcas. Šī gada pilsētas dzimšanas dienas publiskā informācija mani atkal iekustināja. Ātri pierunāju savu kaimiņu Valteru, un kopš tās dienas katru nedēļas nogali dodamies uz kādu no pieejamajiem āliņģiem. Vēl trakāk, šķiet, ka bez tā dzīvei kaut kā pietrūkst. Šogad centīgi piestrādājam pie Valtera mammas Ināras. Izskatās, ka izdosies. Izjūtas? Tās spēj saprast tikai tas, kurš pats piedalās. Smejās, – jo vecāka kļūstu, jo vairāk man patīk ekstrēmas lietas. Ne velti Dzintars saka, – *ai protiņu ir kuo nav...* Mani gan tas neuztrauc,” drosmīgi atklāj Ruta Cibule.

Fakti

- Ziemas peldēšanas pirmo oficiālo sezonu atklāja 1976.gadā.
- Latvijā notiek ziemas peldēšanas čempionāti. Pirmais Latvijas ziemas čempionāts notika 2003.gadā Jelgavā.
- Parasti ziemas peldes entuziasti peld 25 metrus garā ledū izcirstā āliņģi.

Lappusi sagatavoja Z.Logina

Atbalsti Latvijas Bērnu atbalsta fondu!



Foto - no personīgā arhīva

Komandas bilde. Praktiski pilnā sastāvā redzami tie, kuri šovasar darbojās nometnēs. Zinošs un profesionāls terapeits nometnē atbildēja par fiziskajām aktivitātēm. Karina bija ļoti pateicīga nometnes vadītājai, ka šogad komandā ir šis cilvēks, tā kā pagājušā gada nometnēs par fiziskajām aktivitātēm – futbola spēlēm, krosiņu, basketbola mešanu grozā – atbildēja viņa. Šogad fiziskajām aktivitātēm nometnē bijusi cita kvalitāte, jo fizioterapeita sirdslieta esot basketbols. Arī zēni varēja daudz ko iemācīties no trenera, atklājās jauni talanti. Tāpat nometnēs regulāri notika futbola mači. Karina šogad vairāk darbojās radošajās nodarbībās, kur kopā ar skolotāju Rasmu Koliņu un pārējiem nometņu dalībniekiem izdziedāja tautasdziesmas un zināmus šlāgerus, kamēr darija citus darbiņus. Otrs vīrietis, arī komandas dalībnieks, radošs cilvēks, nometnē darbojās ar paša izdomātiem un palaišiem ražošanā “Knop – Knop” mikstajiem filca konstruktoriem, no kuriem sanāk ļoti skaisti un patīkami miksti tēli. Bērniem ļoti patika darboties ar tiem. Karina noteikti ieteiktu pirmsskolām un sākumskolām šāda veida konstruktorus.

Daļa sirds paliek tur!

KARINA ALEKSEJEVA pēc profesijas ir pedagoģe un līdz šim strādājusi pirmsskolas izglītības iestādē, vasarās darbojoties Latvijas Bērnu atbalsta fonda organizētajās nometnēs bērniem ar īpašām vajadzībām. Izņēmums nebija arī šī vasara.

Kā notiek pieteikšanās darbam nometnēs bērniem ar īpašām vajadzībām?

– Nometnes bērniem ar īpašām vajadzībām organizē Latvijas Bērnu atbalsta fonda sadarbībā ar Latvijas plānošanas reģioniem. Nometņu vadītāji piesakās šim amatam un veido komandu. Es darbojos nometnēs, kur vadītāja ir Zaiga Meldere. Darbojos jau divus gadus, bet fonda organizētās nometnes sadarbībā ar plānošanas reģioniem notiek jau trīs gadus: trīs gadus – Vidzemē, bet divus – Zemgalē un Kurzemē. Nometnēs piedalos pēc uzaicinājuma. Tā kā man ir pedagoģiskā izglītība, Zaiga mani uzrunāja, un es labprāt piekritu. Pirmajā gadā piedalījos nometnē, kas notika jūnijā, trīs nometnēs, kas notika jūlijā, un divās, kas notika augustā. Šogad darbojos piecās nometnēs: divās “Vidzeme iekļauj”, kas notika Vidzemē, divās nometnēs Zemgalē “Atver sirdi Zemgalē” un nometnē Kurzemē “Kurzeme visiem”. Tās visas pārsvarā ir četru dienu nometnes ar nakšņošanu. Garākā jeb piecu dienu nometne notika Kurzemē.

Ar ko kopā darbojaties nometnēs? Vai ir arī kādi mūspuses pedagoģi?

– Jā, esmu strādājusi kopā ar ļoti jaukām kolēģēm – Rasmu Koliņu, Alisi Ozeri, Madaru Žvarti, Jūliju Kuzņecovu, Danu Sidaroviču, Evitu Stucku un Ingu Diču. Šajos gados ir izveidojusies forša komanda. No mūsu puses nometņu darbā piedalās arī brīvprātīgie, kas ir mūsu atbalsta komanda. Šajā darbā var pieteikties jebkurš, kas vēlas dot savu ieguldījumu un atbalstīt bērnus ar īpašām vajadzībām un viņu vecākus, sniedzot viņiem atelpu grūtajā un sarežģītajā ikdienā.

Cik dalībnieku uzņem nometnē un kāda ir dienas kārtība?

– Katrā nometnē uzņem desmit ģimenes, kas ir ap 40 dalībnieku. Ģimenes paliek nometnēs, kur viņiem notiek nodarbības un atpūtas pasākumi. Atsevišķas nodarbības notiek bērniem, atsevišķas – vecākiem, pieaicinot psihologus un citus speciālistus. Ir arī atsevišķas nodarbības brāļiem un māsām, jo arī veselajiem bērniem ir grūti, ja ģimenē brālis vai māsiņa ir ar funkcionāliem traucējumiem, kas var būt gan garīga, gan fiziska rakstura traucējumi. Īpaši viņiem šogad bija izdalītas speciālas nodarbības – gan silto smilšu terapija, gan citas.

Saglabājušies pirmie iespaidi, uzsākot darbu šajās nometnēs?

– Jā, pirmie iespaidi radās jau pērn, kad devu piekrišanu strādāt nometnēs. Jāteic, tie ir divējādi. Es nekad nebiju strādājusi ar bērniem ar īpašām vajadzībām. Ar šiem bērniem man bijusi ļoti maza saskare, tādēļ tas bija liels izaicinājums. Taču, aizbraucot tur un satiekot ģimenes, būtībā daļa sirds palika tur. Tādēļ šogad mana atbilde viennozīmīgi bija: jā, es braukšu un piedalīšos! Jo no nometnes tu neaizbrauc tāds pats, kāds atbrauci. Tas maina domāšanu. Saproti, ka tavas ikdienas problēmas, kas šķiet tik sarežģītas, ir tikai nieks, salīdzinot ar īpašo bērnu un ģimeņu problēmām. Mēs varam būt laimīgi un pateicīgi Dievam, ka esam veseli, ka tā nav mūsu ikdiena. Un man tās ir tikai četras dienas. Man kā mammai tas atklāja pavisam citu audzināšanas procesu, kur manu bērnu stiķi un niķi, blēņas, salīdzinot ar to, kam iet cauri šīs ģimenes, tāds nieks vien ir. Tik lieli cīnītāji ir tās mazās dvēselītes, bet viņu vecāki – varoņi, kas neatstāj savus bērnus un cīnās par katru viņu soli, par katru viņu vārdu, ieguldot milzīgu fizisku darbu un enerģiju, arī naudas līdzekļus.

Vai uzskatāt, ka šādām ģimenēm jāsniedz lielāks valsts atbalsts?

– Noteikti! Nometnēs atklājas, cik šīm ģimenēm patiesībā ir grūti sakārtot dokumentus, lai saņemtu pabalstus, jo būtībā vecāks nevar iet darbā, jo katru dienu, katru minūti viņam jābūt blakus savam bērnam. Pabalsti no valsts ir niecīgi, salīdzinot ar terapijas izmaksām. Tur atklājās tādas problēmas, par ko nebiju aizdomājies iepriekš. Ir kaut kas jāmaina valstiskā līmenī un jāsniedz lielāks atbalsts šādām ģimenēm.

Saglabājušies kādi īpaši spilgti iespaidi?

– Iespaudu ļoti daudz. Piemēram, pērn nometnes bērni sarīkoja protestu, sakrāsojot šķīvjus. Viņiem tik ļoti patika nometnē, ka negribēja braukt projām. Vienai meitenei bija jādodas mājās, jo pēc viņas atbrauca tētis un gribēja aizvest projām dienu ātrāk. Bērni sarīkoja protestu, un mēs viņiem palīdzējām sazīmēt šķīvjus. Viņi palika. Šogad atkal satiku to meiteni, un viņa bija tik priecīga. Arī es ar prieku gaidu satikšanos ar bērniem, lai redzētu, kā viņi izauguši, attīstījušies. Un, satiekot nometnē, viņi nāk pretī smaidīgi, atpazīst un māj ar roku. Tas ir ko vērts! Pērn nometnes dalībniece bija aptuveni gadu veca akla meitenīte. Šogad jaunākajai nometnes dalībniecei bija aptuveni divi mēneši. Viņa bija vesels bērns, ko mēs palīdzējām auklēt, bet šajā ģimenē bija bērni ar funkcionālajiem traucējumiem.

Ko varat teikt par fondu?

– Latvijas Bērnu atbalsta fonda dibinātājs Kaspars Markševics, ko pazīstam kā mūziķi un dziedātāju, pats izgājis smagu dzīves ceļu, tagad ir arī labdarības akcijas “Dod pieci!” vēstne-



Foto - no personīgā arhīva

Mīļas tikšanās. Karina ar nometnes bērniem. Katra šāda tikšanās no jauna vai piedzīvota atkārtoti ir sirsniņas un mīļuma pilna. Jo viņi ir ne tikai bērni, bet bērni ar īpašām vajadzībām.

sis. Fonds tiek uzturēts no ziedotāju līdzekļiem. Tikko man pašai bija interesanta situācija. Pazīstams cilvēks palūdza atbraukt. Es atbraucu, un viņš jautā, cik par to esot jāmaksā. Atbildu, ka necik, jo es tik un tā būtu braukusi no Rīgas mājās. Viņš atbild, ka tā nevar. Zinot, ka darbojos Latvijas Bērnu atbalsta fonda nometnēs, viņš atlīdzību pārskaitīja fondam. Tā ar netiešu savu rīcību es atbalstīju fondu. Fonds iegādājies Skangaļu muižu, kur šogad notika divas nometnes īpašajiem bērniem, notiek citi pasākumi. Visi līdzekļi, kas tiek iegūti no muižas iznomāšanas vai arī citādi, nonāk Latvijas Bērnu atbalsta fondā. Skangaļu muiža ir arī jauka tikšanās vieta tiem, kas darbojas nometnēs. Tur notika Lielo darbu talka, Rudens lapu talka, Kaspars Markševics iestādīja ozolu.

Milzīgs paldies Latvijas Bērnu atbalsta fondam, dibinātājam Kasparam Markševicam, nometņu vadītājai Zaigai Melderei par iespēju sniegt savu sirds siltumu īpašajiem bērniņiem, dodot iespēju vecākiem atelpas brīdim viņu sūrajā ikdienā. Par iespēju pedagoģiskās prasmes un zināšanas pielietot tik cēlā darbā. Lai labais vairojas! Atvērsim sirdis Latvijā!

Lappusi sagatavoja I.Zinkovska

Darbu uzsāk ārste no Ukrainas

Viss atkal jāsāk no jauna

Kopš septembra reizi nedēļā Balvu slimnīcā pacientus pieņem otolaringoloģe JAROSLAVA KOLIHOVA no Ukrainas. Viņas pašreizējā dzīves un darba vieta atrodas Rēzeknē, bet pielāgošanās jauniem apstākļiem Jaroslavai nav nekas neparasts – tā ir trešā reize, kad viņa visu sāk no jauna.

2014.gadā, sākoties bruņotiem nemieriem Ukrainas austrumos, Jaroslavas ģimene no Doņeckas apgabala devās uz Harkivas apkārtni cerībā, ka dzīve tur būs mierīgāka. Taču pagāja vien daži gadi, un viņai atkal nācās pakot ceļasomas, šoreiz bēgot vēl tālāk – uz citu valsti. Kad krievu karaspēks okupēja Harkivu, ģimene caur Krievijas teritoriju, kas tobrīd bija vienīgā pārvietošanās iespēja, devās bēgļu gaitās. Pa ceļam saremontējuši apšaudē sabojātās automašīnas, bēgļi pēc kāda laika nonāca Latvijā, kur tobrīd nevienu nepazīna. “Variantu palikt krievu okupētajā teritorijā mēs pat neizskatījām. Ja mūs viss apmierinātu, jau 2014. gadā būtu palikuši okupācijā,” skaidro Jaroslava.

Kopā ar vīru un dēlu, kuram šogad jābeidz vidusskola, Jaroslava vispirms nokļuva Ludzā. “Sākumā pat neplānojam palikt Latvijā. Bijām tādā emocionālā un psiholoģiskā stāvoklī, ka īsti neapjēdzām, ko darām. Vienkārši braucām nekurienē. Kad apstājāmies un kādu laiku padzīvojām Ludzā, kāds no brīvprātīgajiem paskaidroja – jo dziļāk brauksim Eiropā, jo lielāka būs valodas barjera. Turpretim šeit man būtu iespēja pamēģināt iekārtoties darbā savā specialitātē. Nolēmām mēģināt,” stāsta kara bēgļe no Ukrainas.

Pēc dažām dienām kopā ar Ludzā sastapto brīvprātīgo Jaroslava devās pie Rēzeknes slimnīcas vadītāja, lai aprunātos par darba iespējām: “Aprunājāmies. Vienīgais, ko vajadzēja – saņemt manu dokumentu apstiprinājumu no Veselības ministrijas. Tas aizņēma zināmu laiku – aptuveni divus mēnešus. Par laimi, no mājām biju atvedusi visus vajadzīgos dokumentus. Pēc tam mani *piestiprināja* vietējai ārstei, arī otolaringologam, lai viņa ierāda vietējo ārsta darba specifiku. Iesniedzām dokumentus arī Latvijas ārstu asociācijā, un, kad visus apstiprinājumus saņēmām, vareņu sākt strādāt. Mana pirmā darba diena bija šī gada 28.februārī.”

Pamazām apgūst valodu

Arī Jaroslavas vīram izdevās dabūt darbu Rēzeknes slimnīcā. Pēc izglītības būdams ekonomists, šobrīd viņš strādā par meistarū. Savukārt abu dēls turpina mācīties attālināti savā Ukrainas skolā. “Neredzējām jēgu pēdējā mācību gadā sākt mācīties latviešu skolā, jo viņš nespētu apgūt valodu,” lēmumu paskaidro jaunieša mamma. Lai nu kā, bet ukraiņu puisis jau nokārtojis pirmo latviešu valodas eksāmenu A1 līmenī, bet vakaros turpina mācīties, lai iegūtu A2 līmeni. Latvijā viņš iejuties ļoti labi. Braucot Ukrainas bērniem rīkotajās ekskursijās, puisis iepazīs ar jauniem draugiem. “Tagad viņi visi draudzējas, kopā dodas staigāt pa pilsētu. Kompānija izveidojusies dažāda – tajā ir gan ukraiņu, gan latviešu bērni,” priecājas mediķe.

Arī Jaroslava cītīgi mācās latviešu valodu, apmeklējot kursus. Eksāmens, iegūstot A1 līmeni, jau nokārtots, bet A2 līmenim mazliet pietrūka zināšanu. “Rakstīšanas un lasīšanas daļu es nokārtoju, bet klausīšanās daļu neizdevās,” skaidro ukrainiete. Viņa uzskata, ka latviešu valoda ir diezgan sarežģīta, jo nav līdzīga nevienai citai viņai zināmai valodai. Turklāt to būtu vieglāk apgūt, ja paralēli nevajadzētu strādāt, bet darbs slimnīcā paņem daudz laika un spēku. Runāt latviešu valodā Jaroslava pagaidām kautrējas: “Ja runā gramatiski nepareizi, izklausās mazliet muļķīgi. Negribu izskatīties muļķīgi. Turklāt daudzi Latvijas iedzīvotāji saprot un runā krieviski, tādēļ komunikācija grūtības nesagādā. No vienas puses – ir labi, ka visi šeit saprot krievu valodu, bet no otras – tā ir grūtāk uzsākt runāt latviski.” Līdz šim nepietiekamās valodas zināšanas viņai grūtības nesagādāja: “Cilvēki ir ļoti saprotoši. Pat, ja paši nerunā krieviski, viņi saprot, ko viņiem saku. Ja rodas grūtības, medmāsas palīdz iztulkot.”



Pirmā darba diena Balvos. Pastāvīgi strādājot Rēzeknes slimnīcā, vienu reizi nedēļā – katru ceturtdienu – otolaringoloģe Jaroslava Kolihovala pacientus pieņem Balvu poliklīnikā. Viņa apgalvo, ka visa nepieciešamā aparatūra un darba instrumenti kvalitatīvai pienākumu veikšanai šeit ir nodrošināti, tādēļ ar prieku gaidīs jaunus pacientus.

Mediķu darbs neatšķiras

Jaroslava apgalvo, ka ārsta darbs Latvijā daudz neatšķiras no mediķu ikdienas Ukrainā: “Mums arī bija sākusies veselības aprūpes sistēmas reforma, tāpēc arī

Ukrainā sākām strādāt dažādās informatīvās sistēmās – visu dokumentāciju ievadīt datoros. Vairākus gadus ar to jau biju strādājusi. Vienīgās atšķirības ir aprīkojuma ziņā. Te pat Balvos ir tantomētrs, angiometrs, bet pie mums, lai veiktu audiometriju, cilvēkiem jābrauc uz apgabala centru pie speciāla

ārsta, jo Ukrainā ar to nodarbojās atsevišķs speciālists.” Savukārt ievadīt datorā informāciju latviešu valodā Jaroslava jau iemācījusies: “Pārsvārā viss notiek pēc šabloniem. Ja gadās kas cits, izmantoju tulkotāju telefonā.”

Sāpina draugu zaudēšana

Mediķe priecājas, ka Latvijas iedzīvotāju atieksme pret Ukrainas bēgļiem pārsvarā ir pozitīva. Protams, ir gadījies sastapties arī ar nievājošiem izteikumiem, bet reti. Lielākoties visi ir izpalīdzīgi. Piemēram, Rēzeknes slimnīcas kolektīvs ģimeņi palīdzēja noīrēt dzīvokli, kā arī sagādāt nepieciešamo sadzīves tehniku. Jaroslava stāsta, ka Ukrainā viņu māja pagaidām nav

sagrauta, taču frontes līnija atrodas aptuveni 40 km attālumā: “Ik pēc laika pilsētā nokrīt kāda raķete. Arī pirms dažām dienām tas notika.” Mājās, Ukrainā, palicis tikai Jaroslavas brālis ar ģimeni. “Paldies Dievam, frontē nekaru neviens no maniem tuviniekiem,” piebilst sieviete.

Ārste ļoti grib atgriezties Ukrainā, kaut arī tagad tur viss būs citādāk. Viņa neslēpj, ka nav viegli politikas dēļ zaudēt draugus, ar kuriem kopā pavadīti daudzi gadi: “Visvairāk pietrūkst radnieku, jo jau 2014.gadā mūsu draugu rindas stipri saruka. Mēs jau esam izgājuši šo ceļu. Nezinu, iespējams, cilvēkiem pietrūkst skaidrā saprāta, gudrības, nezinu, kā to nosaukt. Jebkurā gadījumā tā ir viņu izvēle, un šī ir mūsējā. Mēs nevienu nespiežam domāt kā mēs. Jā, draudzējamies daudzus gadus, bet tagad mūsu ceļi ir šķīrušies. Nekas briesmīgs. Dodamies tālāk.”

Jaroslava turpina dzīvot jaunajos apstākļos, bet sajūst dvēselisku tuvību un parunāt par ukraiņiem tuvām lietām var ar Rēzeknē sastaptajiem tautiešiem: “Slimnīca sarīkoja kursus ukraiņu ārstiem, un mums izveidojusies cieša, draudzīga kompānija. Satiekoties trīs reizes nedēļā, mums ir par ko parunāt.”

Rītos pirms darba kopā ar kolēģi Jaroslava dodas skriet, bet brīvdienas viņas ģimene veltī pastaigām pa pilsētu: “Mums jau ir izveidojusies savs maršruts – gar upi, gar ezeru, tad pastaigājam pa pilsētu un ejam mājās paveikt mājas darbus.” Rēzekne Jaroslavai patīk: “Maza, omulīga, glīta pilsētiņa.” Ģimene vairākas reizes ciemojusies arī Rīgā un Daugavpilī. “No Igaunijas ar prāmi aizbraucām arī uz Somiju. Bijām Aglonā,” par apmeklētajām vietām, dzīvojot Latvijā, stāsta mediķe. Lai cik labi viņa justos mūsu valstī, beidzoties karam, Jaroslava plāno atgriezties Ukrainā: “Paldies par jūsu viesmīlību, tomēr savā valstī jutos komfortablāk.”

✓ **Variantu palikt krievu okupētajā teritorijā mēs pat neizskatījām. Ja mūs viss apmierinātu, jau 2014.gadā būtu palikuši okupācijā.**

✓ **...jau 2014.gadā mūsu draugu rindas stipri saruka. Mēs jau esam izgājuši šo ceļu. Nezinu, iespējams, cilvēkiem pietrūkst skaidrā saprāta, gudrības, nezinu, kā to nosaukt. Jebkurā gadījumā, tā ir viņu izvēle, un šī ir mūsējā.**

✓ **Bijām tādā emocionālā un psiholoģiskā stāvoklī, ka īsti neapjēdzām, ko darām. Vienkārši braucām nekurienē.**

✓ **No vienas puses – ir labi, ka visi šeit saprot krievu valodu, bet no otras – tā ir grūtāk uzsākt runāt latviski.**

Statistika nežēlīga: cietis katrs desmitais bērns

Aizvadītajā nedēļā Balvu Kultūras un atpūtas centrā trīs dienas ciemojās “Dzīmbas viesskola”, kas ir daļa no “Centra Dardedze” radītās drošības programmas, nodrošinot pirmsskolas vecuma bērniem iespēju apgūt vērtīgas zināšanas bērnu drošībai attiecībā ar citiem vienaudžiem un pieaugušajiem.

Preventīvo programmu vadītāja ILZE ZNOTIŅA pastāstīja, ka, sadarbojoties ar Labklājības ministriju, ir iespēja uz attālākajiem Latvijas novadiem atvest Dzīmbas drošības programmu jeb “Dzīmbas viesskolu”: “Ko tas nozīmē? Tas nozīmē, ka mēs runājam par drošību attiecībā, kas ietver ļoti daudz un dažādus aspektus.” Viņa atgādināja, ka centrs drošai bērnbībai “Dardedze” ir nevalstiska organizācija, kas jau vairāk nekā 20 gadus izglīto bērnus, vecākus un speciālistus, sniedz psiholoģisku atbalstu un aktīvi darbojas interešu aizstāvībā ar mērķi novērst jebkāda veida vardarbību pret bērniem, īpaši specializējoties bērnu seksuālas izmantošanas prevencijas jautājumos.

Māca pateikt ‘NĒ’

I.Znotiņa uzsver, ka seksuālas vardarbības pret bērnu statistika ir ļoti nežēlīga: “Katrs desmitais bērns ir cietis no vardarbības vai līdz 18 gadu vecumam tiks pakļauts seksuālai vardarbībai. Domājot plašākā nozīmē, ne tikai, piemēram, lielais brālēns rādījis pornogrāfiskus materiālus bērnam. Mācām bērnus saprast, kas ir drošie cilvēki, pie kuriem var griezties. Mācām saprast, kas var nodarīt pāri, turklāt gan mazi, gan lieli, gan pazīstami, gan svešinieki. Diemžēl 90% gadījumos bērniem pāri nodara tuvi un pazīstami cilvēki. Mēs runājam par to, kā pasargāt sevi jebkurās attiecībās. Var nodarīt pāri fiziski, iesitot, bet ķermenis ir kaut kas īpašs, kas katram no mums pieder: ķermenis ir mans, mans, mans. Tāpat kāds var sāpināt bērna sirsniņu, kad kāds viņu atstumj. Re, kāds rāda ar pirkstiem, apsmej. Tas ir vēl viens veids, kā var nodarīt pāri. Tāpat to var izdarīt ar pieskārieniem, pieskaroties ķermeņa intīmām vietām. Tāpēc ar bērniem runājam, kā katrā ģimenē sauc šīs īpašās ķermeņa vietas, ko tās nozīmē, ka pie tām neviens nedrīkst pieskarties un mēs tās nerādām. Ko darīt, ja kāds pieskaras un liek to glabāt kā noslēpumu? Bērniem mācām pateikt ‘NĒ’, iet projām un kādam izstāstīt par notikušo. Ir labi noslēpumi, piemēram, par dzimšanas dienas dāvanu, par to, ja kāds man patīk grupiņā. Bet ir arī slikti noslēpumi, kas jāizstāsta.”

“Dzīmbas drošības programma” ir izveidota ar mērķi novērst visa veida vardarbību pret bērniem, bet jo īpaši seksuālu izmantošanu. Tas panākams, izglītojot pirmsskolas un jaunākā skolas vecuma bērnus par drošību attiecībā, kā arī sniedzot izglītības speciālistiem un vecākiem pārliecību, prasmes un zināšanas, kā ļaut bērnam piedzīvot drošas attiecības savā ikdienā. “Ikdienu darbā mēs redzam lielu atšķirību starp bērniem, kuri ir apguvuši Dzīmbas sniegtās zināšanas, un bērniem, kuriem tādu nav. Tā pārliecība – pateikt ‘NĒ’, izpratne par savu ķermeni, kam tāpat vien nedrīkst pieskarties, un apziņa, ka sliktie noslēpumi kādam jāizstāsta, ir nesalīdzināma. Bērni daudz labāk spēj pamanīt riskus un arī paši kļūst uzmanīgāki pret apkārtējiem,” paskaidroja drošības programmas vadītāja.

Tabu tēma

Taujāta, kāpēc sabiedrība nereti mēdz noklusēt šos jautājumus, I.Znotiņa atzina, ka arī tie, kuri cietuši no seksuālas izmantošanas, par to sāk runāt tikai pēc kādiem desmit gadiem: “Ir, kas runājuši, bet apkārtējie nav sadzirdējuši. Tā ir tabu tēma. Mūsu lauciņš ir preventīvs darbs, tāpēc cenšamies sagatavot skolotājus, sociālos pedagogus un psihologus par to neklusēt. Tiesa, nereti pedagogi neslēpj, ka par to ir sarežģīti runāt. Savulaik neviens jau nav runājis ar tevi... Ģimenēs vajag iesākt kaut vai ar pašu vienkāršāko, vai mēs spējam vārds nosaukt ķermeņa intīmās daļas. Vai situācija uzlabojas? Šķiet, ka ‘jā’. Mēs redzam, ka daudzas izglītības iestādes īsteno drošības programmas. Turklāt gadījumi, kas publiski izskan, ir, iespējams, arī tāpēc, ka cilvēki vairāk zina un atpazīst šīs situācijas. “Dardedze” komentēja arī skaļās rezonanses izraisījušo Valsts izglītības satura centra publicēto materiālu par seksuālo un reproduktīvo veselību. Skaidrs, arī šeit ir darbs, lai sagatavotu pedagogus, kā arī jāatrod īstā vecuma grupa, ar kuru jārunā viņiem atbilstošā valodā. Bērniem jāpazīst savs ķermenis, ķermeņa robežas. Galvenais – apstādināt pāridarītāja rīcību. Nebaidieties runāt ar bērniem viņiem saprotamā valodā. Māciet vienkāršu lietu, ka tev neviens nedrīkst darīt pāri, kā arī rādīt piemēru. Bērni nemācīsies no tā, ko sakām, bet no tā, ko mēs darām. Ja mēs kādos brīžos



Topošie Dzīmbas aģenti. Balvu pirmsskolas izglītības iestādes “Sienāzītis” grupas “Putniņi” audzētāji naski atbildēja uz Ilzes uzdotajiem jautājumiem, tostarp, – ko pārējie dara, ja viens runā? “Klusē,” zināja teikt *putnēni*. “Nē, klausās,” precizēja I.Znotiņa.

uzsaujam bērnam, tad jājautā, – ko mēs iemācām?”

Kā savaldīties?

Lūgta atklāt recepti, kā vecākiem savaldīties, Ilze Znotiņa mudina padomāt, ko mēs darām, ja iepretim stāv kolēģis, kuram vienreiz, otrreiz, trešoreiz neko nevaram ieskaidrot: “Gribas taču *uzsaukt*, bet kāpēc mūs tas attur? Kāpēc pret kolēģi to neatļaujamos darīt, bet pret bērnu atļaujamos? Bērns ir mazāks un ievainojamāks. Ir pietiekami daudz literatūras, atbalsta programmu, lai mācītos, kā disciplinēt bērnus, kā veidot cieņpilnas attiecības. Vai kādreiz nenolaižas rokas? Jā, ir tādi brīži, turklāt mēs strādājam dažādās jomās. Pēc tam atnāk skolotāju grupa vai bērni, kuri ar mirdzošām acīm skatās un saka: “Re, cik patiesībā vienkārši var stāstīt šādas lietas.” Vismaz kādam mēs esam palīdzējuši! Pedagogiem vienmēr saku, ka jūs nekad neuzzināsi, ka kādam tas, ko esat izstāstījuši, dzīvē noderēs. Centrā “Dardedze” nonāca pusaudze, kas konsultācijas laikā atklāja, ka savulaik ir cietusi seksuālu vardarbību no sava vectētiņa. Uz psihologa jautājumu, kas bija tas, kas palīdzēja, meitene atbildēja, ka uz bērnudārzu bija atnākusi skolotāja. Piecādīgajiem bērniem tolaik darba lapās vajadzēja iekrāsot intīmās vietas, pie kurām neviens nedrīkst pieskarties, kas ir kā sarkanās luksoforu gaismas. Ir arī zaļās gaismas, kā rokas, pie kurām drīkst pieskarties. Nākamreiz, kad pie viņas nāca vectētiņš istabā, meitenite paziņoja: “Skolotāja teica, ka neviens man tā nedrīkst darīt. Man jāiet izstāstīt.” Ar to arī pietika. Nereti pāridarītāji izvēlas bērnus, kuri ir klusāki, kautrīgāki, kuri neizstāstīs un noklusēs.”

Preventīvo programmu vadītāja atklāja, ka, mācot bērnus daudzās Latvijas pilsētās, izmanto iespējas tās apskatīt: “Balvos esmu pirmo reizi. Pilsēta šķita jauka, skaista un sakopta. Tas ir mazas pilsētiņas šarms.”



Mācās pateikt ‘NĒ’. “Mans ķermenis ir mans, mans, mans,” kopā ar skolotājiem teica bērni.



Mudina sadarboties. “Izbraukuma nodarbība ir paredzēta 5 – 10 gadus veciem bērniem, kuriem attāluma vai citu iemeslu dēļ ir sarežģīti nokļūt līdz Dzīmbas mājvietai Rīgā. Lielāko ietekmi uz bērniem atstāj pieaugušie, kuri ir viņiem līdzās, tāpēc “Centrs Dardedze” aicina ikvienu pašvaldību Latvijā sadarboties, iesaistot pirmsskolas un sākumskolas un apmācot tajās programmas vēstnešus – Dzīmbas aģentus. Šobrīd programmā iesaistījušās jau 500 izglītības iestādes. Sadarbosimies!” aicina preventīvo programmu vadītāja Ilze Znotiņa.

Der zināt!

Svarīgākie principi cieņpilnu attiecību veidošanai ar bērnu, ko programmas veidotāji aicina paturēt prātā ikvienam vecākam un pedagogam:

1. Tavs ķermenis pieder tikai tev!

Mācīsim bērnam, ka viņa ķermenis ir kaut kas īpašs un pieder vienīgi viņam pašam. Neviens nedrīkst viņam pieskarties bez bērna atļaujas.

2. Ir labi un slikti pieskārieni. Saki ‘Nē’ sliktajiem!

Mācīsim bērnam atšķirību starp pieļaujamiem un mulsiņošiem pieskārieniem. Mācīsim nekavējoties un stingri teikt ‘Nē’, ja kāds vēlas mulsiņošu vai nepatīkamu fizisku kontaktu.

3. Ir labi un slikti noslēpumi. Vienmēr izstāsti sliktos!

Mācīsim izprast atšķirību starp pārsteigumiem un noslēpumiem. Noslēpums, kas bērnu satrauc, liek justies neērti, biedē vai skumdina, nav labs, tāpēc to nevajadzētu glabāt – tas ir jāizstāsta uzticamam pieaugušajam.

4. Pasargāt bērnu un novērst vardarbību ir pieaugušā atbildība.

Rūpes par bērna drošību ir pieaugušo uzdevums, un ir svarīgi visu atbildību par to neuzlikt bērnam.

5. Zini, pie kā vērsties pēc palīdzības.

Pārrunāsim ar bērnu, pie kā viņš var vērsties, ja jūtas nomāks, noraizējies vai nobijies.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

Balvu novada domes sēdē

* 28.septembra lēmumi

Cik izmaksā viens audzēknis?

Deputāti apstiprināja Balvu novada pašvaldības izglītības iestāžu izdevumu tāmi pašvaldību savstarpējiem norēķiniem, par izglītības iestāžu sniegtajiem pakalpojumiem 2023.gadā, tostarp noteica viena audzēkņa mēneša uzturēšanas izmaksas izglītības iestādēs:

- Balvu Valsts ģimnāzijā – EUR 95,85;
- Balvu Profesionālajā un vispārīgizglītojošajā vidusskolā – EUR 99,55;
- Balvu sākumskolā – EUR 41,96;
- Bērzpils pamatskolā – EUR 295,95;
- Bērzpils pamatskolas Krišjāņu pirmsskolas grupā – EUR 750,96;
- Stacijas pamatskolā – EUR 231,30;
- Tilžas pamatskolā – EUR 206,81;
- Tilžas pamatskolas Vectilžas pirmsskolas grupā – EUR 476,46;
- Tilžas pamatskolas pirmsskolas grupā – EUR 328,17;
- Balvu pirmsskolas izglītības iestādē "Pilādītis" – EUR 187,78;
- Balvu pirmsskolas izglītības iestādē "Sienāzītis" – EUR 212,45;
- Bērzkalnes pirmsskolas izglītības iestādē – EUR 230,69;
- Kubulu pirmsskolas izglītības iestādē "Ieviņa" – EUR 343,13;
- Baltinavas vidusskolā – EUR 129,46;
- Baltinavas vidusskolas pirmsskolas grupā – EUR 150,21;
- Eglaines pamatskolā – EUR 184,53;
- Rugāju vidusskolā – EUR 119,53;
- Viļakas vidusskola – EUR 158,29;
- Rekasas vidusskolā – EUR 120,76;
- Viduču pamatskolā – EUR 343,00 (trīs simti četrdesmit trīs euro un 00 centi);
- Viduču pamatskolas Žiguru filiālē – EUR 398,20;
- Viļakas pirmsskolas izglītības iestādē "Namiņš" – EUR 201,90;
- Medņevas pirmsskolas izglītības iestādē "Pasaciņa" – EUR 655,17.

Noraksta "San-Tex" auto

Atļāva norakstīt Balvu novada pašvaldības aģentūras "SAN-TEX" kustamo mantu: kravas furgonu OPEL COMBO (1998.gada izlaidums); vieglo pasažieru automašīnu VW TRANSPORTER (1998.gada izlaidums); kravas furgonu VW TRANSPORTER (1994.gada izlaidums).

Cik jāmaksā par dalību ballē?

Apstiprināja dalības maksu pasākumā "Balvu novada gada balva uzņēmējdarbībā 2022" 20 eiro. Noteica, ka dalības maksa tiek novirzīta Ziemeļlatgales biznesa un tūrisma centra budžetā pasākuma organizēšanai.

Nosaka darba algu

5.oktobrī ārkārtas domes sēdē apstiprināja vispārējās, profesionālās un profesionālās ievirzes izglītības iestāžu vadītāju mēneša darba algas likmes pirms nodokļu nomaksas: Balvu Valsts ģimnāzijas direktoram – EUR 1567; Viļakas vidusskolas direktoram – EUR 1496; Balvu Profesionālās un vispārīgizglītojošās vidusskolas direktoram – EUR 1867; Baltinavas vidusskolas direktoram – EUR 1496; Rugāju vidusskolas direktoram – EUR 1 567; Rekasas vidusskolas direktoram – EUR 1 496; Viduču pamatskolas direktoram – EUR 1 496; Balvu sākumskolas direktoram – EUR 1 642; Bērzpils pamatskolas direktoram – EUR 1 496; Tilžas pamatskolas direktoram – EUR 1 496; Stacijas pamatskolas direktoram – EUR 1 496; Eglaines pamatskolas direktoram – EUR 1 496; Balvu Mūzikas skolas direktoram – EUR 1 567; Balvu Mākslas skolas direktoram – EUR 1 567; Balvu Sporta skolas direktoram – EUR 1 682; Balvu Bērnu un jauniešu centra direktoram – EUR 1 469; Viļakas Mūzikas un mākslas skolas direktoram – EUR 1 469; Baltinavas Mūzikas un mākslas skolas direktoram – EUR 1 469.

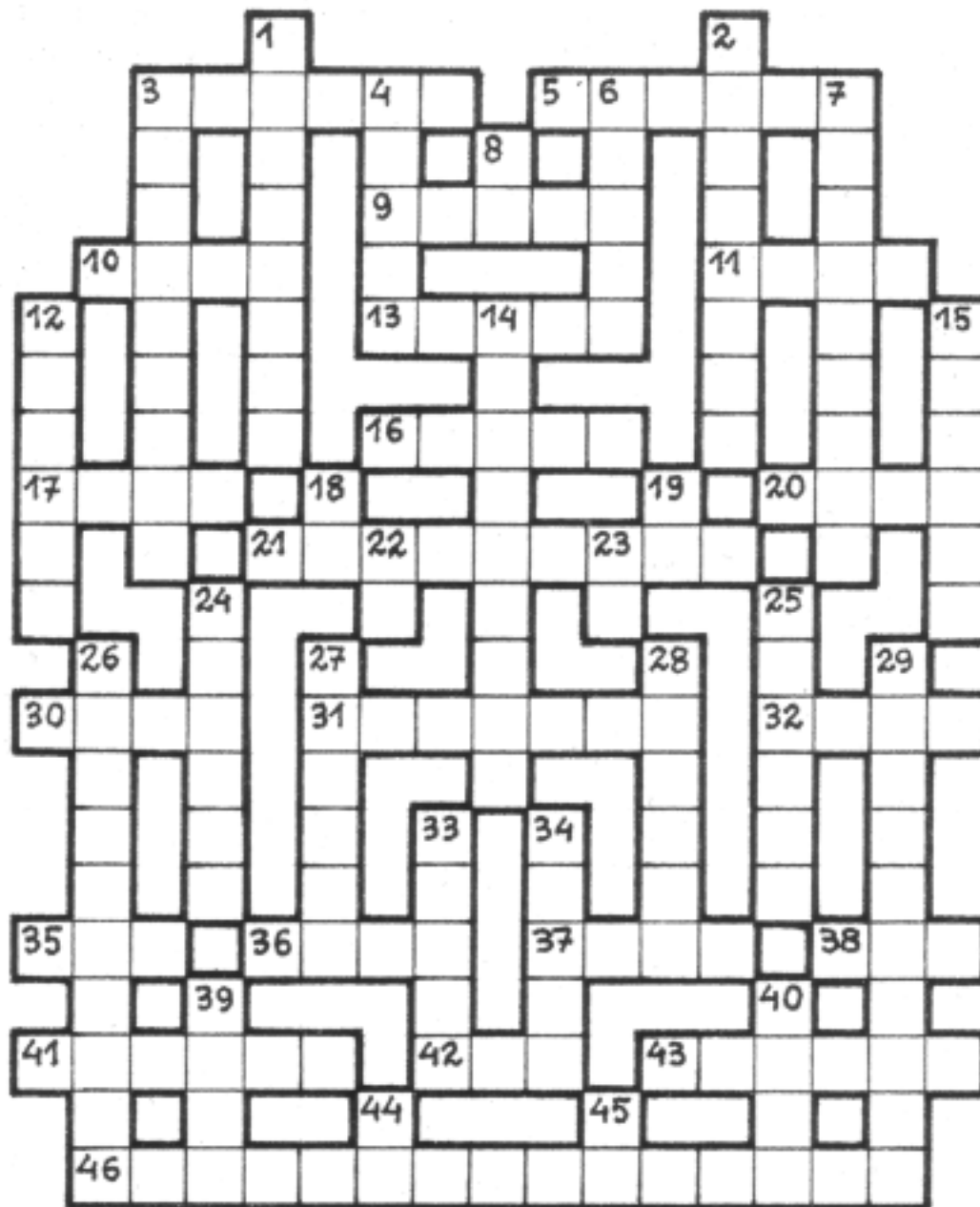
Apstiprināja pirmsskolas izglītības iestāžu vadītāju mēneša darba algas likmes pirms nodokļu nomaksas: Balvu pirmsskolas izglītības iestādes "Sienāzītis" vadītājam – EUR 1 469; Balvu pirmsskolas izglītības iestādes "Pilādītis" vadītājam – EUR 1 495; Kubulu pirmsskolas izglītības iestādes "Ieviņa" vadītājam – EUR 1 469; Bērzkalnes pirmsskolas izglītības iestādes vadītājam – EUR 1 249 par 0,85 likmi; Medņevas pirmsskolas izglītības iestādes "Pasaciņa" vadītājam – EUR 1 249 par 0,85 likmēm; Viļakas pirmsskolas izglītības iestādes "Namiņš" vadītājam – EUR 1 322 par 0,9 likmēm. Noteica Balvu Valsts ģimnāzijas direktoram piemaksu 10% apmērā no darba algas (piemaksa no pašvaldības finansējuma).

Krustvārdu mīkla

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

10.kārta

Sastādīja G.Gruziņa



Septembra mīklu atrisināja:
A.Mičule (Tilža), I.Svilāne (Lazdukalns).
Par septembra krustvārdu mīklas atrisināšanu balvu saņem
ALVĪNA MIČULE no Tilžas. Pēc balvas griezties redakcijā.

"Ukraina – 6"

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

Horizontāli: 3. Ceturtā garākā upe Eiropā. 5. Laika skaitīšanas vienība. 9. Kuras upes pietekas ir Siverskijdoņeca? 10. Masas mērvienība (senāk Krievijas impērijā vecajā mērvienību sistēmā – 28,86 gr.). 11. Diennakts daļa. 13. Kārts, kas piestiprināta pie ratiem vai ragavām zirga iejūgšanai. 16. Pilsēta, kurā Austrijas imperatora Jozefa II valdīšanas laikā tika atvērta slēgtā universitāte. 17. Pilsēta Kijivas apgabalā, pirmo reizi rakstos minēta 1630.gadā, mūsdienās ietilpst Kijivas aglomerācijā. 20. Ukrainas un Polijas robežupe, Vislas labā pieteka, sākas Beščadu kalnos Karpatos. 21. Kuras vēsturiskās hercogistes centrs bija Černovice (mūsdienās – Černivci)? 30. Upe centrālajā daļā, Dņepras labā pieteka. 31. Kādā valodā uniātu priesteris Ivans Mohilņickis 19.gs. vidū sāka noturēt dievkalpojumus Ļvovas universitātē? 32. Aicina. 35. Daudzskaitļa personas vietniekvārds. 36. Atdala gaudus no pelavām. 37. Sīks, apaļš akmentiņš. 38. Dabiska ūdenstece. 41. Upe Rumānijā un Ukrainā, sākas Bukovinas Karpatos (romieši sauc Hierasu/Gerasus). 42. Ūdensņemšanas vieta. 43. Tāda paša nosaukuma putnu ģints, kas apvieno 4 degunragputnveidīgo sugas (1 suga izmirusi), putni sastopami arī Ukrainā. 46. Kurā daudznacionālā Cetrāleiropas monarhijā pēdējos pastāvēšanas gados dzīvoja tuvu pie 53 miljoniem iedzīvotāju (1914.g.) – 23 miljoni dažādu slāvu, 12 miljoni vāciešu, 10 miljoni ungāru, 3,5 miljoni rumāņu (pavisam 11 tautības)?

Vertikāli: 1. Ļvivas nosaukums 1795.–1914.g. 2. Viena no Austrijas impērijas zemēm, uz kuru bez pārvietošanās ierobežojumiem varēja doties rutēņi (Krievijas impērijā tajā laikā dzimtilvēkiem bija pārvietošanās aizliegums). 3. Viens no Galīcijas atmodas darbiniekiem, Aizkarpatu uniātu priesteris, pedagogs, dzejnieks, 1847.gadā izdeva "Lasāmgrāmatu iesācējiem" rutēņu valodā. 4. Neliela pilsēta rietumos, Ļvivas apgabalā, pirmo reizi rakstos minēta 1472.gadā. 6. Kuras upes krastos arodas Rahiva? 7. Kuras impērijas sastāvā pēc Polijas pirmās dalīšanās 1772.gadā nonāca Aizkarpatu un Galīcijas rutēņu zemes? 8. Saiklis. 12. Krāsainas. 14. Kurai impērijai bija izdevīgas slāvu tautu idejas par atdalīšanos no Austroungārijas un tā atbalstīja šīs kustības? 15. Pilsēta, kuras ģerbonī attēlots piekūns. 18. Personas vietniekvārds. 19. Nots. 22. Akuzatīva jautājums. 23. Nolieguma partikula. 24. Dzejnieks, rakstnieks, dzimis 1856.gadā, viens no ukraiņu gan sociālistiskās, gan nacionālās kustības līderiem Austroungārijā, viens no Ukrainas radikālās partijas dibinātājiem (pirmā ukraiņu politiskā partija). 25. Daļa Aizkarpatu rutēņu uzskatīja Krieviju par sabiedroto, pārgāja pareizticībā un identificējās kā... 26. Otra lielākā Austrijas province. 27. Etniski lielākā Galīcijas iedzīvotāju daļa, sevišķi laukos. 28. Viena no tautām Aizkarpatos un Bukovinā. 29. Viens no elementiem Galīcijas ģerbonī Austroungārijas laikā. 33. Pilsēta, kurā 1848.gadā tika sasaukts slāvu tautas kongress. 34. Naudas vienība Austroungārijā 1892.–1918.g. 39. Maz sastopams. 40. Var. 44. Nots. 45. Apstiprinājuma partikula.

Septembra mīklas ("Ukraina – 5") atrisinājums

Horizontāli: 1. Rusifikācija. 3. Nacionālisms. 6. Bibrka. 9. Un. 11. G.S. (Grigorij Skovoroda). 12. Špolas. 15. N.G. (Nikolajs Gogolis). 18. Do. 23. Baltkrievi. 24. Pardonavas. 25. Elizabete. 27. Mazkrievija. 32. Hjuzs. 33. Ielas. 36. Ui. 37. Tarass (Ševčenko). 38. Ņižina. 39. Tu. 40. Kijivas. 42. Siverska. 45. Austrija. 48. Antonovičs. 49. Potjomkins. 51. Grieķija. 52. Zavoiko. 53. Volīnija.

Vertikāli: 1. Rivne. 2. Janoši. 4. Augšup. 5. Sumos. 7. Ir. 8. Katrīna. 10. Centralizācija. 13. Podolja. 14. Ar. 16. Prece. 17. Karte. 19. Galīcija. 20. Itāļi. 21. Balta. 22. Taurijas. 26. Es. 27. Mākla. 28. Kapri. 29. Vilka. 30. Arciza. 31. Mi (Si). 34. Šumska. 35. Bučača. 40. Koki. 41. Stāt. 43. Vraki. 44. Skopi. 46. Sokol. 47. Iesmi. 50. Ko.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

Pilsonības un migrācijas lietu pārvalde atgādina

Lai pieteiktos atļaujai uzturēties Latvijā, atkārtota valsts valodas pārbaudes kārtošana ir obligāta

Pilsonības un migrācijas lietu pārvalde (turpmāk – Pārvalde) atgādina: ja Krievijas Federācijas pilsoņi, uz kuriem attiecas Imigrācijas likuma grozījumi, ir vienu reizi nesekmīgi kārtojuši valsts valodas pārbaudi un līdz 1.septembrim pieteikušies atkārtotai pārbaudei, otrreizējā valsts valodas pārbaude ir jākārt OBLIGĀTI.

Imigrācijas likuma grozījumi paredz: ja otrreizējā valsts valodas pārbaude tiks nokārtota sekmīgi, personai līdz šī gada 31.decembrim Pārvaldē jāiesniedz dokumenti Eiropas Savienības pastāvīgā iedzīvotāja statusa pieprasīšanai.

Gadījumā, ja arī atkārtotā valsts valodas pārbaude tiks nokārtota nesekmīgi, persona varēs iesniegt dokumentus, lai pieprasītu atļauju uzturēties Latvijā Republikā uz diviem gadiem.

Arī atsevišķos gadījumos, kad valsts valodas pārbaude nebūs kārtota, persona varēs pieprasīt atļauju uzturēties Latvijā Republikā uz diviem gadiem, bet tikai tad, ja valsts valodas pārbaude nav kārtota attaisnojošu iemeslu dēļ. Šādā gadījumā, iesniedzot dokumentus šī veida atļaujas saņemšanai, pieteikumam jāpievieno arī dokuments, kas pamato attaisnojošu iemeslu esamību valsts valodas pārbaudes nekārtošanai.

“Aicinām rūpīgi ievērot visus dokumentu iesniegšanas nosacījumus, lai izvairītos no pārpratumiem un nepatīkamām situācijām. Neskaidrību gadījumā vienmēr var vērsties pie



Pārvaldes ekspertiem rakstiski vai saņemt konsultāciju, zvanot uz Pārvaldes informatīvo tālruni,” uzsver Pārvaldes priekšniece Maira Roze.

Plašāka informācija par Imigrācijas likuma grozījumiem un izņēmumiem attiecībā uz valsts valodas pārbaudi noteiktām personu grupām pieejama Pārvaldes tīmekļa vietnes www.pmlp.gov.lv sadaļā “Aktuālākais par Imigrācijas likuma grozījumiem”.

Papildu informāciju/konsultāciju par turpmāko procesu un/vai dokumentu iesniegšanu var iegūt, rakstot e-pasta vēstuli uz adresi mn@pmlp.gov.lv vai zvanot uz Pārvaldes informatīvo tālruni 67209400.

Informē LAD

Lauksaimnieki sāks saņemt ilgtspēju sekmējošā ienākumu pamatbalsta avansu

Eiropas Komisija ir nolēmusi dot iespēju ES dalībvalstīm, tostarp arī Latvijai, izmaksāt lielāku ilgtspēju sekmējošā ienākumu pamatbalstu (ISIP) un bioloģiskās lauksaimniecības maksājuma (BLA) avansu. ISIP avanss tiks izmaksāts 70%, bet BLA – 85% apmērā.

Lauku atbalsta dienests (LAD) pirmās avansa izmaksas sāks 16.oktobrī. Avansu saņems lauksaimnieki, kuru saimniecībās būs pabeigta atbilstības nosacījumu pārbaude, tādēļ Zemkopības ministrija un Lauku atbalsta dienests aicina lauksaimniekus pārliecināties elektroniskajā pieteikšanās sistēmā (EPS), vai ir iesniegta LAD visa nepieciešamā papildu informācija.

Šogad ISIP provizoriskā atbalsta likme būs aptuveni 88 eiro/ha, no kuras avansa maksājumā izmaksās 70%, t.i., aptuveni 61 eiro/ha.

Savukārt ISIP novados ar īpašiem apstākļiem jeb novados, kuros veģetācijas perioda ilgums ir īsāks par 195 dienām un lauksaimniecības zemes kvalitatīvais vērtējums ir mazāks nekā 38 balles vai kuri robežojas ar valstīm, kas nav ES dalībvalstis, ISIP provizoriskā atbalsta likme būs aptuveni 98 eiro/ha, no kuras avansa maksājumā izmaksās aptuveni 68 eiro/ha.

Bioloģiskajām saimniecībām BLA likme šogad atkarībā no audzētajiem kultūraugiem ir no 43 līdz 518 eiro/ha.

Avansa maksājumu izmaksa tiks veikta pakāpeniski. Vispirms maksājumu saņems lauksaimnieki, kuru saimniecībā būs pabeigta atbilstības nosacījumu pārbaude. Tālab aicinām lauksaimniekus vēlreiz pārliecināties EPS, vai LAD ir sniegtas visas nepieciešamās atbildes.

Sargāsim savu mantu

Nopludināts mājoklis – kā pasargāt sevi no izmaksām vairāku tūkstošu eiro apjomā

Mājokļu appludināšana, kas notiek savu laiku nokalpojušu stāvvadu, plīsušu cauruļu, sadzīves tehnikas bojājumu, kā arī visvienkāršākās aizmāršības dēļ, ik gadu ir biežākais nekustamā īpašuma apdrošināšanas gadījumu iemesls. Tradicionāli vismaz 50% no visām atlīdzībām mājokļu apdrošināšanā tiek pieteiktas tieši par appludināšanu, liecina apdrošināšanas sabiedrības dati.

Šogad līdz septembra sākumam ERGO saņemti jau 358 atlīdzību pieteikumi par īpašuma appludināšanu ūdensvada avārijās. Tās galvenokārt notikušas privātīpašumos, veidojot 47% no visām šajā gadā pieteiktajām privātīpašuma apdrošināšanas atlīdzībām.

“Ūdensvada avārijas, kas nozīmē gan plīsušas caurules, gan appludināšanu kaimiņu neuzmanības dēļ, ir aktuālas visa gada garumā un visbiežāk notiek vecajās daudzdzīvokļu ēkās, kas būvētas pirms vairākiem desmitiem gadu. Taču nupat redzam tendenci, ka arī mājās, kas celtas pirms 20 gadiem, sāk novērot, tādēļ inženiertehnisko komunikāciju stāvoklim jāseko līdzī arī jaunākos īpašumos, jo jebkurai caurulei ir savs lietošanas ilgums,” stāsta ERGO Risku parakstišanas departamenta direktors RAITIS ČAKLIS.

“Ja vecākos īpašumos nav veikta, piemēram, stāvvadu maiņa, iedzīvotājiem jāreķinās, ka pastāv lielāks avārijas situāciju risks. Jautājums ir nevis, vai notiks caurules plīsums, bet gan – kad tas notiks. Tādēļ vēl viens atgādinājums daudzdzīvokļu māju iedzīvotājiem: ir jāsaģlabā, jānodrošina apsaimniekotājam piekļuve koplietošanas komunikācijām, tostarp stāvvadiem, lai nepieciešamības gadījumā tos varētu salabot vai nomainīt. Tas nozīmē, ka stāvvadu nišu noslēpšanai jāpieiet radoši un, veicot dzīvokļa remontu, tos nedrīkst aizmūrēt ciet,” uzsver Raitis Čaklis.

Ja mājoklis nav apdrošināts, jāņem vērā, ka pēc dzīvokļa applūšanas tā remontam vidēji nākas vēltīt 1500-2000 eiro. Savukārt komercīpašumos appludināšanas radītās izmaksas ir augstākas – 4080 eiro. Lielākā daļa jeb 77% no ūdensvada avāriju atlīdzībām pagājušogad izmaksātas par bojājumiem privātīpašumos, bet 23% – komercīpašumos.

Vienlaikus ir avārijas situācijas, kuru sekas mēdz būt krietni lielākas par dažiem tūkstošiem eiro. Šogad apjomīgākie zaudējumi privātīpašuma sektorā appludināšanas dēļ notikuši privātmājās. Piemēram, pēc ūdensvada plīsuma privātmājas bēniņos īpašumā sabojāti griesti, sienas un grīdas

16 000 eiro apmērā. Arī otra lielākā atlīdzība – 15 400 eiro – šogad izmaksāta pēc tam, kad kādā privātmājā plīsis ūdensvads. Tā rezultātā nokritis griestu segums un apmetums, uzburbusi grīda, bojāta sienu krāsa, nokritušas griestu lampas, bojātas durvis, mēbeles, darba instrumenti un sadzīves priekšmeti. “Daudzdzīvokļu mājās īpašumi bieži tiek appludināti ne vien no plīsušiem stāvvadiem vai caurulēm, bet arī ūdens noplūdes dēļ no bojātas santehnikas, piemēram, klozētpoda skalojamās kastes, veļas vai trauku mazgājamās mašīnas un to pievadu bojājumiem. Savu lomu mēdz nospēlēt arī aizmāršība – kaut vai tik vienkārša lieta kā krāna atstāšana vaļā un ūdens pārlišana pāri vannas malām, kā dēļ var tikt appludināts gan paša, gan kaimiņu īpašums. No apdrošināšanas viedokļa jāatceras, ka šajās situācijās ir nozīme arī dzīvokļa īpašnieka civiltiesiskās atbildības apdrošināšanai, kas pasargās no zaudējumiem gadījumā, ja esat vainīgā pusē. Savukārt nekustamā īpašuma apdrošināšanas polisē ir vērts iekļaut iedzīves apdrošināšanu, kas atlīdzinās zaudējumus, ja appludināšanas dēļ tiks bojāta manta, kas atrodas īpašumā,” norāda Raitis Čaklis.

Lai neappludinātu īpašumu

Pirmais, kam noteikti jāseko līdzī: kādā stāvoklī ir ūdensvads un kanalizācija dzīvokļa īpašumā. Iekšējo komunikāciju stāvoklis dzīvokļos ir viens no biežākajiem to appludināšanas iemesliem, otrs – mājas kopējās komunikācijas. Optimālākais risinājums būtu veikt mājas atjaunošanu, vienā reizē sakārtojot visus problemātiskos mezglus, novēršot situācijas, kad notiek komunikāciju avārijas. Vairums māju īpašnieku izvēlas salīdzinoši lēnu līdzekļu uzkrāšanu nepieciešamajiem remontdarbiem. Apstākļos, kad jāremontē jumts, stāvvadi, guļvadi un jāveic citi neatliekami darbi, visiem remontdarbiem parasti līdzekļu nepietiek un darbi, atbilstoši vairāku gadu plānam, tiek veikti prioritārā secībā, ēkā saglabājoties augstam avāriju riskam.

Būtiskākais – sekot līdzī tam, kādā stāvoklī ir lokanie savienojumi, kas tiek izmantoti pievadot gan izlietnēm, gan sadzīves tehnikas iekārtām. Ja dodaties prom no mājas, it sevišķi uz ilgāku laiku, ieteicams aizvērt noslēgarmatūru, kas pilnībā noslēdz ūdens padevi dzīvoklī. Aizgriežot šo krānu, nav jāsaņemas, ka kādā no savienojumu vietām varētu būt plīsums, kas radīs noplūdi. Esot prom no mājām ilgstoši vai atrodoties tālu, šāds risinājums ir īpaši būtisks.

Dodoties prom no mājām, izslēgt jebkāda veida sadzīves



tehniku – gan veļas mašīnu, gan trauku mazgājamo mašīnu, neatstājot tās darbošanās režīmā.

Pārliecināties, ka notek sistēma, kam pieslēgta sadzīves tehnikas izvades sistēma, nav pilna ar svešķermeņiem, kas traucē normālu ūdens plūsmu. Turklāt jāņem vērā, ka daļa no mājas kopējām komunikācijām atrodas dzīvokļos. Ja tiek fiksēti, ka kopējās komunikācijas ir sliktā stāvoklī, par to noteikti jāinformē mājas pārvaldnieks.

Rīcība avārijas brīdī

Dariet visu iespējamo, lai samazinātu potenciālos zaudējumus.

Sazinieties ar apsaimniekotāju, kurš noslēgs ūdens padevi un ziņos avārijas dienestam.

Noslēdziet ūdens padevi dzīvoklī, ja varat to izdarīt pats; pārvietojiet sadzīves priekšmetus, lai tie netiktu sabojāti.

Apsaimniekotāja pārstāvis fiksēs radušos bojājumus, to apjomu, kā arī to, vai un kādi zaudējumi nodarīti kaimiņiem. Tiks sastādīts akts par nodarītajiem bojājumiem, kuros jābūt minētam arī notikuma iemeslam.

Lai arī ūdens avārijas sekas pavisam skaidri aplēšamas tikai pēc dažām dienām, nofotografējiet telpas un piefiksējiet bojājumus, appludināšanas apmērus.

Apdrošināšanas atlīdzību varat pieteikt uzreiz pēc negadījuma. Dažādiem apdrošinātajiem noteikumi var atšķirties.

Apsveikumi

Aiztrauc gadi žigļiem kaijas spārniem,
Daudz kas pārdzīvots un gūts,
Tikai šajā dienā sirds bez liekiem vārdiem
Visu aizvadīto tūkstoš krāsās vij.

Ar balto krizantēmu un miķeļišu atvasaras siltajiem
sveicieniem **Helēnai Diņķītei** 80 gados!
Vēlam labu veselību un Dieva svētību.

Ludmila, Vera, Aleksandrs, Artis



Kā rudzu maize bijušas ir dienas,
No kurām rīciens griezts gan salds, gan sūrs.
Un tās kā vārpas smagos kūļos sienas,
Un gaišas gados staro dienu pūrs.

Sirdssilti sveiceni **Helēnai Diņķītei** jubilejā.
Vēlu veselību, tāpat kā allaž neizsīkstošu enerģiju
un Dieva svētību katrai dienai.

Jevgēnija Lozure



Tā aiziet gadi – skaistie, skarbie,
Ar tiem ir kopā Tavi krietnie darbi,
Zem gadu nastas vēlam nenogurt
Un gaišu pavardu joprojām kurt.

Sirsniņi sveicam **Zīnu Supi** dzīves jubilejā!
Alla, Valija, Irēna, Anna O., Nora, Māra, Māris, Gatis



Zelmuk!

Prieku kā saules glāstu
Ik rītu no jauna rast,
Un laimi ikdienas stāstā
Allaž nosargāt prast.

Sirsniņākie sveiceni un laba vēlējumi skaistajā jubilejā!
Krustdēls un māsas ģimene



Paņem tos vārdus, kas skanēt prot,
Tos, kas dvēselei prieku var dot,
Ziemās, vasarās sasildīt spēj,
Gaišas, svētīgas pārdomas sēj!

Sveicam **Liānu Kubaku** jubilejā! Vēlam veselu gadu
pilnu ar brīnumainiem mirkļiem!
Folkloras kopa "Saivenis"



Pērk

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

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

"LIGNUM LATVIJA"
Uzticama mežu iegāde.
Pērk meža īpašumus, cirsmaš,
lauksaimniecības zemes.
Tūlītēja un godīga samaksa par
mežu.
Ātra un precīza novērtēšana.
Vienkāršs pārdošanas process.
Cilvēcīga sadarbība.
Pārdod mežu profesionāļiem, liec
mežu savā lietā!
Tāl. 29289878.

Pērk ābolus sulai Kubulos.
Tāl. 27004732.

**Augstākā cena par mežu
īpašumu izcirtumiem,
jaunaudzēm, sākot no
3000 eiro par ha.**
Tāl. 29246569; 20260678.

Craftwood pērk meža īpašumus,
cena no 1500-10000 EUR/ha.
Tāl. 26360308.

Dažādi

SIA "Mi Ko Wood"
piedāvā: kokmateriālus
celtniecībai un
remontam.
Dēļi, brusas, jumta latas,
līstes.

**Labākā klientu
apkalpošana!**

Žiguri, Parka iela 1.
mob. 28607733 – Artis
info@mikowood.com

Spiež, karsē, iepako ābolu
sulu Kubulos. Tāl. 27004732.

Veic jaunaudžu kopšanu.
Tāl. 29198247.

Pārdod

Z/S "Užgava" pārdod
KARTUPEĻUS. Tāl. 29432655.

Pārdod lopbarības miltus.
Iespējama piegāde.
Tāl. 26065442.

Pārdod 'Skalārijas', 1,50 EUR/gab.
Tāl. 26302954.

Skaldīta malka. Cena
40 EUR/berkubā. Piegādes
apjoms līdz 7 berkubiēm.
Ir sausā. Tāl. 25543700.

Pārdod skaldītu malku, ir
arī fasēta malka maisos.
Tāl. 26550272.

Pārdod Nissan X-Trail, 2002.g.
Tāl. 26173324.

Pārdod jaunas, lietotas
M+S riepas. Tāl. 28333993.

Pateicība

Vissirsniņākie pateicības vārdi dakterei Sarmitei Pužulei, terapijas nodaļai, fizioterapeitiem: Noanai, Elinai, Andrim, pansionāta "Balvi" kolektīvam. Mācītājam Mārtiņam Vaickovskim, mūziķei Ivetai Garaņinai, apbedīšanas firmai "Ritums", SIA "Senda Dz" kolektīvam, radiem, draugiem, kaimiņiem, darba kolēģiem un visiem, kuri bijā kopā ar mums, pavadot viru, tēti, vectētiņu **Gunāru Avotiņu** pēdējā gaitā.
SIEVA ANITA, BĒRNI: AIJA, AIVARS, AINĀRS



"Vaduguns" abonēšanas cenas 2024.gadam (EUR)

Abonēšanas periods	Abonēšanas cena fiziskai personai	Abonēšanas cena juridiskai personai	Speciālās cenas piedāvājums fiziskām personām 2023.gada 12 mēnešu abonentiem
1 mēnesis	7,22	8,00	6,50
3 mēneši	21,67	24,00	19,50
6 mēneši	42,22	48,00	38,00
12 mēneši	80,00	90,00	72,00



JANVĀRIS 2024
Katrs 2024.gada lasītājs saņems dāvanu!

Visi, kuri būs abonējuši avīzi šajā periodā, reizē ar pirmo laikraksta numuru saņems tradicionālo dāvanu – krāsainu kalendāru.

Ikvienam ir iespēja īsi un konkrēti pateikt paldies kādam labvēlim, sponsoram, atbalstītājam, palīgam. Dārgi tas nemaksās – tikai 5 eiro par 28 vārdiem. Jo šie ir "Pateicības vārdi".



Marija Balvos no sirds pateicas čaklajiem Bēliņu kapu rūķiem – Francim, Oļģertam Jānim, Edgaram par zāles nopļaušanu, čaklajai kapu vecākajai Natālijai, Silvijai un Gatim par palīdzību piederīgo kapu uzturēšanā.

Līdzjūtības

Lapa nobira dzīvības kokam,
Mūžības vēji nu klēpi to nes.
Tur, kur debesu mājokļos tālos,
Salido cilvēku dvēseles.
Izsakām patiesu līdzjūtību **levas Zēlčās ģimenei un pārējiem tuviniekiem, BRĀLI** mūžības ceļā pavadot.
Zina, Pēteris Supes

Tu esi katram viena, tomēr tikai viena,
Pie kuras kā pie saules bērni turas klāt.
Un tāpēc ir tik grūti, zaļām skujām birstot,
Uz mūsu smagai zemei tevi atdot, māt! (V.Zariņš)
Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība **Inārai Kravalei**, mīļo **MĀMIŅU** mūžības ceļā pavadot.
Pansionāta "Balvi" darbinieku kolektīvs

Kā dziju kamols mūžs ir saritināts,
Kur dzīpari visdažādākie mirdz.
Ja spētu kāds tos atkal atšķetināt,
Tad vidū būtu māmuliņas sirds.
Mūsu visdziļākā līdzjūtība **Jurim Leisavniekam un Inārai Kravalei**, pavadot māmiņu Mūžībā.
Pansionāta apbraucamās ielas 2.mājas iedzīvotāji

Tu savus gadus kamolā satini
Ar dzīpariem mīļiem un siltiem.
Labus vārdus mums dzīvei atstāji
Un aizgāji līdz mūžības vējiem. (A.Āre)
Izsakām patiesu līdzjūtību **Ārijai, Agrītai, Solvitai un visiem tuviniekiem**, māmiņu, vecmāmiņu, vecvecmāmiņu **ELVĪRU GRIESTIŅU** mūžības ceļā pavadot.
Aleksandrovu un Krēmeru ģimenes

Domas sāp. Un neatstājas.
Domām šonakt gala nav.
Akli loģi. Tukša māja.
Tumsā balta svece raud. (Z.Purvs)
Izsakām patiesu līdzjūtību **Ārijai Dokānei**, māmiņu **ELVĪRU GRIESTIŅU** mūžības ceļā pavadot.
Rugāju SAC "Rugāji" kolektīvs

Aiz katra paliek dzīve
Un pasacītais vārds.
Bet atmiņas tik dārgas
Sirds ilgi saglabās.
Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība **Ārijas un Andreja Dokānu ģimenei un citiem piederīgajiem**, kad pa rudens asteru taku mūžībā devusies māmiņa **ELVĪRA GRIESTIŅA**.
Mājas ieejas kaimiņi

Nem no mums tās gaišās stundas,
Kurās bieži kopā būts.
Lai tev dzimtās zemes vēji
Siltu miega dziesmu dūc.
Klusa un patiesa līdzjūtība **Ārijai**, pavadot māmiņu **ELVĪRU GRIESTIŅU** mūžības ceļā.
Vija un Nikolajevu ģimene

Tā ir māte – tik skaidra kā diena,
Milas gaismā pār mūžiem kas kvēl.
Tā ir māte, kas katram ir viena,
Kuru zaudējot isti kļūst žēl. (A.Balodis)
Raud rudens lietus, lapas sēro, kad mīļš cilvēks dodas mūžības ceļā.
Klusa līdzjūtība **Ārijai Dokānei un tuviniekiem, MAMMU** kapu kalniņā pavadot.
Učelnieki

Abonē Vaduguni redakcijā!

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

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

REKLĀMA, SLUDINĀJUMI
D.Dimitrijeva
T. 64507018
26161959

REDAKTORS E.GABRANOVŠ - T. 29360850
ŽURNĀLISTI: S.KARAVOIČIKA - T. 26707934;
IZINKOVSKA - T. 28319682;
M.SPRUDŽĀNE - T. 27832538; I.TUŠINSKA - T. 27145837;
A.LOČMELIS - T. 26665086. KOREKTORE – S.GUGĀNE
GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA - T. 25908200
ŠOFERIS A.KIRSANOVŠ - T. 27870730
Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961

e-pasts: vaduguns@apollo.lv
mājaslapa: vaduguns.lv

Datorsalikums-
SIA "Balvu Vaduguns", R.KACĒNS
Iespēsts SIA "Latgales Druka", Rēzeknē, Baznīcas 28
TIRĀŽA - 2165