



Foto - A.Kirsanovs

**Sešu stāstu autori.** Katrs plenēra mākslinieks saņēma ne vien sertifikātu par dalību tajā, bet arī neskaitāmas atbalstītāju un apbrīnotāju dāvanas, kā arī ziedus. Mugur Popa no Rumānijas (foto – pirmais no labās) visu mākslinieku vārdā pateicās pašvaldībai, visiem Viļakas ļaudīm, plenēra kuratoriem un visiem, kuri atbalstījuši un palīdzējuši. “Senajiem grieķiem bija divi vārdi laika apzīmēšanai – viens atbilda ikdienišķi pavadītam laikam, otrs – kvalitatīvi pavadītam. Varu apgalvot, ka Viļakā aizvadītās dienas noteikti bija kvalitatīvi pavadīts laiks,” teica plenēra dalībnieks.

## Seši dažādi stāsti par Latgali

Irēna Tušinska

31.jūlijā Viļakas muzeja izstāžu zālē atklāja starptautiskā glezniecības plenēra “Valdis Bušs 2024” noslēguma izstādi, kas veltīta mākslinieka simtgadei. Tajā skatāmi sešu plenēra dalībnieku Joy Kloman (ASV), Mugur Popa (Rumānija), Alvidas Stauskas (Lietuva), Tetyanas Yagodkinas (Ukraina), Annas Silabramas (Latvija) un Vēsmas Ušpeles (Latvija) darbi, kas tapuši, iedvesmojoties no Viļakas un Balvu apkaimes burvīgajām dabas ainavām. Izstāde Viļakas muzejā būs skatāma līdz 25.oktobrim. Pasākumā balvas saņēma arī Balvu novada vizuālās mākslas konkursa “Pasaule taču ir daudzkrāsaina, vajag tikai prast to redzēt” – Valdis Bušs” uzvarētāji un viņu pedagogi.

Jau astoto reizi glezniecības plenērs Viļakā pulcēja mākslniekus no dažādām pasaules valstīm, lai savos darbos viņi atainotu Latgales pasakaino ainavu burvību. Plenēra noslēguma izstādes apmeklētāji varēja baudīt Viļakas ezeru zilgmi, Stompaku purva mežu kluso šalkoņu, dārzos ziedošo puķu krāšņumu, Viļakas katoļu dievnama varenību un citas apkārtnes ainas, ko mākslnieki ar otu un krāsu palīdzību pārnēsuši uz audekla.

Plenēra kuratore, Balvu Mākslas skolas direktore Elita Teilāne, atklājot pasākumu, puda gandarījumu, ka mūsu novadnieka talanta cienītāju skaits aizvien pieaug: “Esam priecīgi, ka šodien šeit ir visi tie, kam bijusi kāda loma Valda Buša daiļrades mantojuma saglabāšanā un popularizēšanā. Tas ir tik skaisti, ka cilvēki, kuri nav satikuši mākslnieku, bet ir iepazīuši viņa mantojumu, arī pēc viņa nāves, tieši istajā dzimšanas dienā, ar nelielu tortīti svin mākslnieka 100. dzimšanas dienu!”

Tāpat kā katru gadu plenēra izstādes atklāšanā mākslniekus un klātesošos sveica Valda Buša ģimenes pārstāvji. Gleznotāja brālis Ilmārs Bušs atgādināja, ka katram mākslniekam ir savs skatījums uz Latgali, tāpēc jo īpašs prieks, ka arī caur astotā plenēra dalībnieku redzējumu tapuši vēl seši skaisti stāsti par Latgali: “Paldies par to!”. Pateicības vārdus par smago ikdienas darbu plenērā I.Bušs veltīja Vinetai Zeltkalnei, Elitai Teilānei, kā arī Balvu novada domes deputātiem un priekšsēdētājam Sergejam Maksimovam. Savukārt īpašu paldies par plenēra idejas iemiestošanu dzīvē un astoņu gadu atbalstu mākslnieka brālis izteica Daugavpils Rotko muzeja pārstāvim Mārim Čačkam.

\*Turpinājums 3.lpp.

Nākamajā  
Adugumā

- “Lipa Kust”  
Starptautiskais folkloras  
festivāls Ziemeļlatgalē
- Kā radīt pievilcīgu tūrisma  
produktu?  
Militārā mantojuma seminārs



Ciemiņi no Centrālamerikas valsts Kostarikas IV starptautiskā festivāla “Lipa kust” atklāšanas koncertā uzspriecināja kultūras nama zāli.

### Īsziņas



#### Iespēja mācīties

Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centra (LLKC) Balvu konsultāciju birojs aicina pieteikties Eiropas Savienības apmaksātām mācībām Balvos. Mācības notiks klātienē, divas dienas – 7. un 9.augustā (dalībniekiem jāapmeklē abas mācību dienas). Pieteikšanās līdz 5.augustam, vairāk informācijas pa tālr. 26112078.

## Nedēļas jautājums

Vai bijušajiem pagastu, pilsētu, novadu priekšsēdētājiem un vietniekiem jāmaksā ikmēneša pabalsti?

Artūrs Ločmelis



**SANDRA, dzīvo Balvos:** – Ja priekšnieki nevar nodrošināt, lai dažādus pabalstus izmaksā parastiem cilvēkiem, kāpēc šādas izdienas pensijas jāmaksā bijušajiem vadītājiem? Ar ko mēs atšķiramies no viņiem? Ir gadījumi, kad cilvēks lūdz pabalstu, bet viņam atsaka, jo, redz, nav līdzekļu... Bet priekšniekiem nauda vienmēr atrodas! Vai tas ir taisnīgi? Bijušajiem vadītājiem paredzētā pabalstu nauda būtu jāiegulda sabiedrības kopējam labumam, palīdzot pensionāriem, risinot veselības aprūpes jautājumus, attīstot infrastruktūru. Problēmu netrūkst!



**VITOLDS un VALENTĪNA no Balviem:** – Pabalstu izmaksu neatbalstām. Pirmkārt, strādājot vadošā amatā, šie cilvēki saņēma labu algu. Otrkārt, domājām,

ka viņi nekādas varoņdarbus attiecībā pret citiem cilvēkiem nav izdarījuši. Treškārt, ir ļoti daudz citu problēmu, kuru risināšanai nepieciešams finansējums. Mūsaprāt, šādu pabalstu izmaksa ir lieka naudas izšķērdēšana, kas vairo nevienlīdzību.



**LAURIS LOGINS, dzīvo Balvos:** – Ja priekšsēdētājs pēc vairākiem amatā pavadītajiem gadiem iedzīvotājiem izdarījis patiešām daudz labus darbus un tautai atstājis ko vērtīgu un paliekošu, viņš pabalstu pelnījis. Bet, ja izdarīts nav nekas, tad... Jāpiebilst, ka par daudziem desmitiem tūkstošiem eiro, kas gada laikā tiek izmaksāti bijušajiem vadītājiem, varētu labiekārtot, piemēram, Balvu ezera apkārtni. Ar to mums klājas ļoti bēdīgi.



**ALDIS PUŠPURS, bijušais Susāju pagasta padomes priekšsēdētājs:** – Pašvaldību vadītāji (un nevis vietnieki!), kuri šo amatu ieņēma Latvijas neatkarības atjaunošanas sākuma periodā, pabalstus pelnījuši. Tolaik tiešām bija grūti laiki – bija jāveic dažādas reformas un darba nūdien netrūka. Savukārt tagad maksā arī vietniekiem. To kategoriski neatbalstu! Tas ir nepareizi un, teiktu, pat amorāli.



**ILONA IVANOVA, balveniete:** – No vienas puses, cilvēks ir strādājis un pelnījis saņemt šo naudu, tomēr vienlaikus no budžeta aizplūst līdzekļi, kurus varētu ieguldīt citu problēmu risināšanā. Iespējams, risinājums varētu būt, ja turpmāk ikmēneša pabalstus izmaksātu nevis pilnā apmērā, kā tas ir šobrīd, bet daļēji. Tādējādi varbūt varētu rast kompromisu gan starp pabalstu atbalstītājiem un pretiniekiem, gan arī mazināt finansiālo slogu uz pašvaldību budžetiem, kuros izveidojies deficīts. Jebkurā gadījumā tas ir diskutējams un, droši vien, arī politisks jautājums, bet, pieņemot jebkuru lēmumu, tam jābūt adekvātam.

## MANA NEDĒĻA

**RUTA CIBULE,** Balvu Centrālās bibliotēkas vadītāja



Šī nedēļa, un it īpaši tās nogale, būs strauja un interesanta. Šonedēļ sākām intensīvu darbu pie Grāmatu svētku sagatavošanas. Tie notiks oktobrī Balvos un, kā vienmēr, kopā ar mūsu draugiem un sadarbības partneriem "Zvaigzne ABC". Apmeklēju starptautiskā mākslinieku plenēra, kas veltīts mūsu novadniekam Valdim Bušam, noslēguma izstādi Viļākā. Pats jaukākais notikums būs manas bijušās Lietuvas kolēģes no Varenas rajona viesošānās mūsu novadā. Rajona laikos mums bija ļoti cieša sadarbība kultūras jomā. Kopā ar Reginu un Dzintaru paklaidīsim pa novadu. Tas noteikti ietvers starptautisko folkloras festivālu "Lipa kust" Viļākā un Upītē, 9. Latgales stāstnieku festivālu Upītē, zemnieku saimniecību "Kotiņi" un citas vietas, ko mana bijusi kolēģe vēl nav redzējusi. Tam visam pa vidu kabači, gurķi un tomāti, kā arī prieks par dārzā ziedošajām rudbekijām. Savu vārda dienu trešdien svinēju, piedaloties starptautiskā folkloras festivāla "Lipa kust" atklāšanas koncertā Balvos. Pirmdien noteikti jūtīšos nogurusi, tāpēc izmantošu atvaļinājuma nedēļu.

## No vēstulēm

### Latvijas karavīriem

*Sargāsim savu zemi un mājas,  
Lai neizlaupa ienaidnieks,  
Un lai visiem šeit labi klājas,  
Kam godīga darba augļi druvā briest!*

*Sargāsim savu Tēvuzemi,  
Ar strēlnieku asinīm svētīto,  
Mēs – viņu pēcteči, šīs zemes dēli,  
Sirdīs nesam viņu garu spēcīgo!*

*Sargāsim savu tautu,  
Mūsu valodu, kultūras pērles,  
Lai nevienam vairs neatļautu  
Tās aizliegt, postīt vai nīdēt!*

*Sargāsim nākotni mūsu –  
Mīļos cilvēkus, ģimenes, bērnus,  
Lai šī skaistā zeme viņiem būtu,  
Lai nav jādzīvo varmāku ēnā!*

NAURIS GEKIŠS

### Tās ir bērnišķīgas runas

Staigāja ap autoostu jauna žurnāliste ar vaicājumu par Balvu pilsētas peldvietām. "Vaduguni" bija intervēti vadošie Balvu novada varasvīri. Risinājās asas debates par to, ka tika palaista garām izdevība apgūt Eiropas miljonu pilsētas peldvietu labiekārtošanai, jo savlaikus nebija nokārtotas parādsaistības. Varētu piesaistīt tūristus. Nu, žēl gan! Braucot no pilsētas ar autobusu pašā pusdienas tveicē, pametu acis uz veco peldētavu Bolupē pie kādreizējā Komjaunatnes parka – ieraudzīju trīs cilvēkus. Viņi bija pavisam veci, atpūtās ēnā. Tur, kur aiz bijušās Bolovskas muižas ierīkota laba peldvieta, bija pieci cilvēki. Bet visi

virsdrēbēs. Jā, tieši pirms 50 gadiem upē, ārpus peldvietām, bija ierīkota peldēšanas trase. Tur es sacentos militārās daudzciņas ietvaros. Upes peldvieta bija jauniešu pilna – ūdens parasti bija ķīselī sakults. Ezerā arī vairākās vietās bija jaunatnes pilns. Vai tagad to miljonu ar līdzfinansējumu būtu vērts ieguldīt cerībā peldētāju plūsmu novirzīt no Jūrmalas uz Balviem? Tad jau kāds pusmiljons būtu reklamā jāiegulda. Tā sakot: "Ko jūs tur dzenaties uz to netīro jūru, brauciet uz tīrajiem Balvu ezeriem. Mums te tualete par pusmiljonu uzbūvēta. Iespaidīgs skats. No slīpētā stikla." Viņiem tur, cik atceros, tualetes nebija pirms 50 gadiem. Ja nu vienīgi kaut kur tālumā. Kā šodien atceros, visa pludmale taukainas masas pilna. Kā jūras lauvas, izgāzušās smiltīs, filmās par dabu – no vienas vietas. Latviešu valodu tur nedzirdēju. Viens puisītis teica: "Mama pisātj hoču." Lai taču iebrien jūrā un pačurā, tā māte pamācīja. Atgriezies no jūras, puisītis pavēstīja, ka tagad viņš gan zinot, kāpēc jūrā ūdens ir sāļš. Tāpēc brīdinu: ja gribat ieguldīt vēl peldvietu labiekārtošanā tūristu piesaistīšanai, ir jāreķinās ar to, ka ezerā pēc pāris gadiem ūdens var palikt sāļš. Bet, ja cerat atgriezt tādu peldvietu apmeklētību no Balvu iedzīvotājiem kā pirms 50 gadiem, tad neceriet. Mēs visi tie jau esam pensijas vecumā, vai tuvu pie tā. Un mūsu skaits arī ir katastrofāli samazinājies. Runājot nopietni, nekādi ieguldītie miljoni mums nenesīs tādu tūristu pieplūdumu, lai tas dotu jebkādu piensumu ekonomikā. Tās ir bērnišķīgas runas. Balvi nav Alūksne, kur ir gan izcila daba, gan vēsturiskas kultūras liecības.

IMANTS ZELTIŅŠ

## Lasītāji!

Kļūstiet arī par rakstītājiem, jo visas jūsu vēstules katrā mēneša beigās tiks izvērtētas un mūsaprāt labākā saņems redakcijas pārsteiguma balvu. Ielāgojiet, ka balvas saņemt varēs tikai tie rakstītāji, kuru vārdus mēs zināsim – tāpēc nerakstiet anonīmas vēstules.

### Es, runcis un mēness

*Šovakar mājās būsim vien mēs:  
Es, raibais runcis un mēness,  
Runcis uzdziedās serenādi,  
Kad es par godu mēnesim pacelšu glāzi.*

*Šovakar nevajadzēs citu gaismu,  
Jo mēness logā lej mirdzumu skaistu,  
Un mēs priecāsimies, kā tajā viz  
Tējas glāzē liets eliksīrs.*

*Es teikšu runcim: "Nāc, uzdziedi,  
draugs!  
Es zinu vārdus, tu proti vilkt: "Nāu!"  
Žēl, ka trešais draugs mēness ir mēms,  
Tādēļ duetā dziedāsim mēs.*

*Lai tad par mums brīnās zvaigznes!  
Viņas likteni zinot, no kā nevar aizbēgt,  
Vien bālais mēness un runcis – mans  
draugs  
Zina, kā vientulībā ilgu puķe plaukst...*  
NAURIS GEKIŠS

Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: [vaduguns@apollo.lv](mailto:vaduguns@apollo.lv)

**Automātiskais atbildētājs  
64520961**



# Hallo!

Atsaucoties uz publikāciju "Vakaros lasīja iekārtu instrukcijas" 30. jūlija avīzes "Vaduguns" numurā, bijusi skolotāja Jevgēnija Cunska vēlas uzsvērt, ka nekad skolas partijas sapulcēs nav lasījusi referātus, jo nekad nav bijusi komunistiskās partijas biedre.

"Izlasīju "Latvijas Radio Latgales studijas" publicēto rakstu, ka pašvaldības šogad saskaras ar finansiālām grūtībām, bet vienlaikus viens no obligātajiem maksājumiem daudzām vietvarām ir pabalsti bijušajiem pagastu, pilsētu vai novadu priekšsēdētājiem un vietniekiem. Tas, ka šādi pabalsti ir, jau

bija zināms. Tomēr, kad ieraudzīju, ka kopējā pabalstiem atvēlētā summa pašvaldībā var sasniegt pat ceturtdaļmiljonu eiro gadā... Un kā jūs domājat, kurā Latgales pašvaldībā bijušajiem pašvaldību vadītājiem tērē visvairāk? Tieši tā, tas ir Balvu novads ar 255 015 eiro gadā, naudu saņemot 24 bijušajiem mūspuses vadītājiem. Ar Balvu novada pašvaldību var sacensties tikai Krāslavas novads, kur šim mērķim tiek tērēti 245 604 eiro. Pārējās pašvaldībās summas ir salīdzinoši krietni mazākas. Viens no argumentiem, kādēļ šāds pabalsts vajadzīgs, ir, ka pēc ilgstošas pašvaldības vadīšanas ir grūti iekļauties darba tirgū... Neko muļķīgāku neesmu dzirdējis!

Cilvēks atrodas augstā amatā, strādā intelektuālu darbu, tiekas ar cilvēkiem un, kā saka, visu laiku ir aprītē. Bet pēc ilgstošas sēdēšanas mikstajā krēslā viņam vai viņai, redziet, pēc tam ir grūti iekļauties darba tirgū un tādēļ jāsaņem pabalsts! Atvainojiet, nevienu nevēlos aizskart, bet vai bijušais priekšnieks ir kāds invalīds bez rokām un kājām, ka viņam grūti iekļauties darba tirgū? Tik liela nauda aiziet garām Balvu novada pašvaldības budžetam, ko varētu ieguldīt kopējam sabiedrības labumam. Ceturtdaļmiljons...," saūtis ir lasītājs no Balviem.

\*Sākums 1.lpp.

Valdim Bušam – 100

# Seši dažādi stāsti par Latgali



**Vienkārši Viļakas iedzīvotājs.** Latvijas Republikas vēstnieks Moldovā Edgars Bondars, sveicot klātesošos, jutās nedaudz samulsis, pieteikts kā vēstnieks, jo viņš sevi labprātāk sauktu par Edgaru Bondaru no Viļakas. Novadnieks dalījās atmiņās par kādu rudens dienu pirms astoņiem gadiem, kad kopā ar toreizējās Viļakas domes priekšsēdētāju Sergeju Maksimovu un Māri Čačku no Rotko muzeja sprieda par Valda Buša piemiņas saglabāšanu, kā rezultātā radās ideja par šo plenēru. Viņš atgādināja, ka Valda Buša daiļrade ir pazīstama ne tikai Latgalē vai Latvijā, bet arī pasaulē: "V.Buša darbu izstāde šobrīd skatāma Kišiņevas Nacionālajā mākslas muzejā. Viņa darbi izstādīti arī Polijā, Uzbekistānā un citās valstīs."



**Saņem vērtīgu dāvanu.** Pateicoties par mākslinieku izmīnāšanu, vienu no septiņiem plenēra mākslinieku darbiem M.Čačka svinīgi pasniedza Viļakas vidusskolas direktorei Sarmītei Šaicānei: "Vēlamies, lai tas turpmāk priecē vidusskolas skolēnus un skolotājus."



**Sveic pedagogus, konkursa uzvarētājus.** E.Teilāne atklāja, ka Valda Buša daiļradei veltīts arī bērnu zīmējumu konkurss "Pasaule taču ir daudzkrāsaina, vajag tikai prast to redzēt" – Valdis Bušs". Plenēra noslēgumā balvas saņēma konkursa uzvarētāji, kā arī pedagogi, kuri rosināja skolēnus gleznot, iepazīstinot viņus ar novadnieka V.Buša daiļradi. "Šogad konkurss norisinājās Balvu novada robežās, bet nākamgad to rīkosim jau Latgales mērogā," solīja E.Teilāne. Balvas un dāvanas pasniedza novada Kultūras pārvaldes vadītāja Rudīte Krūmiņa (no labās).

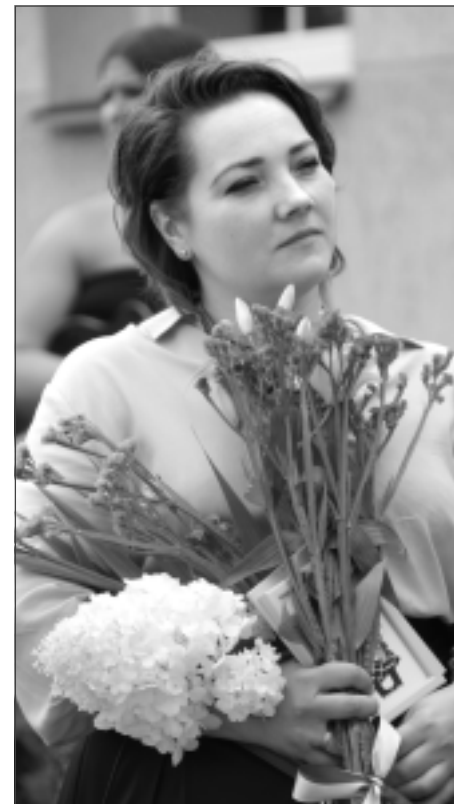


**Piedalīties ieteica cita māksliniece.** ASV Oregonas štatā dzīvojošā māksliniece Joy Kloman mērojusi vistālāko ceļu līdz Latgalei. Ieteikumu doties uz Viļaku viņa saņēmusi, ciemojoties pie kāda mākslinieka Sardīnijā: "Mani iedrošināja 2018.gada Valda Buša plenēra dalībniece, kura apgalvoja, ka šis viņas dzīvē bijis līdz šim labākais plenērs. Tagad es tam pilnībā piekritu." Joy, kura ikdienā savā studijā māca bērnus gleznot, atklāja, ka daba Oregonā un Latvijā patiesībā ir diezgan līdzīga: "Arī pie mums ir ļoti zaļš. Taču Viļakā ir ļoti saliedēta kopiena, sajutos šeit ļoti gaidīta. Paldies par to," teica māksliniece.



**Iedvesmoja baznīcas arhitektūra.** Rumāņu mākslinieks Mugur Popa jokojot apgalvoja, ka visvairāk priecājās, ka viņam kaut uz laiku izdevies izrauties no dzimtenē valdošās vasaras tveices: "Kad aizbraucu no Rumānijas, tur bija 43 grādu karstums. Izkāpis Rīgā no lidmašīnas, beidzot varēju ieelpot ar pilnu krūti. Šeit jutos brīnišķīgi – strādāju, peldējos, ēdu gardus ēdienus, jutos te kā zivs ūdenī." Plenēra laikā viņu visvairāk iedvesmoja Viļakas katoļu baznīcas monumentalitāte, tāpēc tagad ne mazāk iespaidīga šai celtnei veltīta viņa glezna skatāma plenēra noslēguma izstādē.

**Viļaka nav maza vieta.** Skolotāja Skaidrīte Veina, apskatot izstādes darbus, neslēpa sajūsmu: "Vienreizēji. Visi darbi ļoti, ļoti patīk." Taujāta, kā vērtē, ka tādā nelielā apdzīvotā vietā ir iespēja novērtēt pasaules mākslinieku darbus, S.Veina teica: "Mums, kuri te dzīvo, Viļaka ir liela vieta. Mums tas ir pasaules centrs. Tāpēc ir liels prieks, ka kāds uz mūsu lielo vietu skatās, skatās, un skatāmā aizvien nepietrūkst. Tāpēc šī vieta nav maza, tā ceļas un izplešas ar katru cilvēku, kurš šeit atbrauc." S.Veina apgalvo, ka ar katru apmeklētu izstādi viņa aizvien spēcīgāk raisās vēlme kaut kādā veidā iesaistīties šī plenēra tapšanā un norisē.



**Kara laikā glezno puķes.** Māksliniece Tetyana Yagodkina no Kijivas apgalvo, ka Latvijā pavadīja brīnišķīgu, klusu, estētisku un delikātu nedēļu. Viņa atklāja, ka, par spīti karam, dzīvē Kijivā turpinās: "Veikali strādā, teātri darbojas, izstādes tiek atklātas. Taču tas notiek paralēli ar totālu elektrības atslēgšanu un raķešu uzbrukumiem. Vienlaikus dzīvojam divas dzīves." Taujāta, kā karš ietekmējis viņas daiļradi, māksliniece skaidro, ka katrs uz situāciju reaģē citādāk: "Daži mākslinieki radijuši lieliskas karam veltītas gleznas. Es to darīt nevaru, jo katru gleznu sīzētu izdzīvoju caur sevi. Ja to darišu ar kara ainām, tas būs dubults pārdzīvojums. Pagaidām uz to neesmu spējīga. Iespējams, kad būs pagājuši gadi pēc kara beigām, to spēšu, bet pagaidām koncentrējos uz puķēm." V.Buša plenēra laikā viņu visspēcīgāk ietekmēja Viļakas ezera skaistums.

Lappusi sagatavoja I.Tušinska, foto – A.Kirsanovs

**Vides aizsardzība**

# Vai zemeslode nogrimis lupatu kaudzē?

Irēna Tušinska

**19.jūlijā Balvu Novada muzeja pagrabā pulcējās iedzīvotāji, kuriem nav vienaldzīgas vides problēmas. Viņi vēlējas iegūt vairāk informācijas, kā padarīt apģērbu ilgtspējīgu un mainīt savus paradumus nolūkā mazināt tekstilindustrijas kaitīgo ietekmi uz apkārtējo vidi. Šo informāciju viņiem sniedza nevalstiskās vides organizācijas “Zaļā brīvība” ilgtspējīga tekstila eksperte DACE AKULE. Vēlāk tikšanās dalībnieki iesaistījās tekstilmākslinieces SANTAS MICĪTES vadītajā meistar-darbnīcā, mācoties vienkāršu T kreklu pārveidot par savai individualitātei un gaumei atbilstošu modes apģērbu.**

## Stāsta par Austrijā gūto pieredzi

Tikšanās pirmajā daļā biedrības “Radošās idejas” pārstāve un kultūras vēstnece Anita Putniņa iepazīstināja ar iespaidiem un atziņām, ko guvusi ceļojumā uz Štirijas jeb Vulkānzemes reģionu Austrijā. Viņa pastāstīja, kā no mazattīstīta un nabadzīga šis reģions pārtapis par vietu ar plaukstošu ekonomiku. “Ceļojumā devos kopā ar nelielu grupu kultūras vēstnieku no dažādiem Latvijas reģioniem, lai uzzinātu, kā vietējie ražotāji, uzņēmēji, galeriju īpašnieki un dažādu mākslu pārstāvji, istenojot starpnozaru sadarbību, izmantojot vēstures un kultūras mantojumu, tradīcijas, panākuši reģiona ekonomisko uzplaukumu un šo pieredzi tagad atklāj dažādu valstu tūristiem. Šim nolūkam tur izstrādāts speciāls tūrisma maršruts “Road 66”, kurā apvienojušies 66 reģiona uzņēmēji, mākslinieki, amatnieki un dažādas organizācijas. Viņu darba galvenais vadmotīvs ir: “Jāstrādā tā, lai kaimiņam un partnerim būtu labi, jo tad arī man būs labi!” Turklāt par savu reģionu jāsaka tikai labais, jo tas ir viens no veiksmīgas attīstības un ekonomiskās augšupejas nosacījumiem,” klausītājiem pastāstīja A.Putniņa.

## No žurnālistikas līdz ekoloģijai

Tikšanās otrajā daļā nevalstiskās vides organizācijas “Zaļā brīvība” ilgtspējīga tekstila eksperte DACE AKULE informēja par tekstila industrijas ietekmi uz vidi, par tekstila patēriņu pasaulē, Eiropas Savienībā (ES) un Latvijā. Viņa pastāstīja par pētījumu, kurā atklāts, kā Latvijā notiek tekstila šķirošana, cik daudz un kur nonāk tekstila atkritumi, kā tekstila patēriņa ziņā Latvija izskatās uz Eiropas Savienības fona. D.Akule nosauca vairākus piemērus, kā uzņēmumi var lietderīgi izmantot tekstila atkritumus. Tikšanās laikā vadītāja rosināja klātesošos aizdomāties, ko katrs no mums var darīt, lai gudrāk izmantotu apģērbu, nodarot mazāk jaunuma videi.

Taujāta, kādēļ pievērsusies tieši vides aizsardzībai, D.Akule atklāja, ka pie tā nonāca pamazām. Nevalstiskajā vides organizācijā “Zaļā brīvība” viņa iesaistījās 2017.gadā, pēc tam, kad bija *izdegusi* savā pamatprofesijā – žurnālistikā. “Kopš bērnības man patikusi mode un dizains. Skolas laikā gribēju pat studēt modi Rīgas Lietišķās mākslas vidusskolā un vēlāk Mākslas akadēmijā. Bet tā kā biju jau sākusi nodarboties ar žurnālistiku, turpināju šajā jomā, vēlāk no žurnālistikas pievērsoties politikas pētniecībai. Trīs gadus biju arī sabiedriskās politikas centra “Providus” direktore. Pienāca brīdis, kad, tāpat kā daudzi mūsdienās, pārstrādājos, *izdegu*. Tad uzdevu sev jautājumu: “Ko tagad?” Tādās situācijās parasti aizdomājas, kas patika bērnībā. Tā kā es aizrāvos ar modi un tērpu dizainu, pratu šūt un padevās rokdarbi, nospriedu, ka varbūt varētu mēģināt kaut ko ražot šajā jomā? Taču, sākusi lasīt pētījumu par globālo industriju un izaicinājumiem ilgtspējības jomā, sajutu, ka man nav ambīciju dizaina pasaulē ienest kaut ko jaunu un nav būtiski kaut ko ražot. Spriedu, – ja jau tekstila ražošanas industrija ir tik daudz problēmu, tad varbūt tuvāk jāpapēta šī nozare? Tā arī pamazām nonācu pie domas, ka varu darīt to pašu, ko dariju “Providusā” – pētīt, sekot līdz likumdošanai, palīdzēt sabiedrībai saprast, kā to pašu var darīt tekstila ilgtspējas jomā,” pastāstīja D.Akule.

## Piecu gadu laikā patēriņš dubultojuies

Modes industrijas ilgtspējas izaicinājumi liek arvien vairāk pārskatīt līdzšinējo darbības modeli, jo tā negatīvo ietekmi saredz gan uzņēmumi, gan patērētāji. No 2000. līdz 2015.gadam tekstila ražošana un patēriņa apjoms pasaulē ir dubultojuies un ar katru gadu turpina pieaugt. Paredzams, ka līdz 2030.gadam apģērbu un apavu patēriņš palielināsies par 63%.

2020. gadā Eiropas Savienībā tekstilizstrādājumu patēriņš radīja ceturto lielāko negatīvo ietekmi uz vidi un klimata pārmaiņām, trešo lielāko ietekmi attiecībā uz ūdens un zemes izmantošanu no dzīves cikla perspektīvas. Turklāt 70% saražotā tekstila ir sintētiskas šķiedras, kas no naftas produktiem pārtop plastmasā, radot mikro plastmasas piesārņojumu gaisā un ūdenī, atstājot negatīvas sekas videi un cilvēka veselībai (elpvadu, ādas, redzes problēmas utt.). Šokējoši, ka mikroplastmasas klātbūtne konstatēta visu grūtnieču placentās, kas piedalījās pētījumā. D.Akule minēja vairākus piemērus. Piemēram, lai saražotu viena Eiropas Savienības iedzīvotāja 2020.gadā patērētos apģērbus un apavus, gada laikā bija nepieciešams izmantot 400 m<sup>2</sup> zemes, 9000 litru ūdens, 391 kg izejvielu, radot 270 kg oglekļa pēdas nospiedumu.

Lektore atklāja, ka pasaulē notiek nežēlīga resursu izšķērdēšana. Pētījums liecina, ka 2020. gadā ES viens cilvēks vidēji gadā patērēja 26 kg tekstila izstrādājumu, izmetot 16 kg. 2015.gadā 73% no pasaulē saražotiem tekstila materiāliem ātri nonāca atkritumu poligonā vai tika sadedzināti. Tikai mazāk nekā 1% tika pārstrādāts jaunā apģērbā, bet 12% apģērba pēc lietošanas tika pārstrādāti mazāk vērtīgos produktos – slaucīšanas lupatās, matračos, izolācijas materiālos utt.

D.Akule atgādināja par to, kā ikviens no mums varētu samazināt tekstila patēriņa ietekmi uz vidi, piemēram, nemazgāt apģērbu pustukšā veļasmašīnā un nevajadzīgi negludināt apģērbu, neizmantojot žāvētāju utt.

## Latvijā situācija līdzīga

2024.gadā, izmantojot nelielas kampaņas, biedrības “Zaļā brīvība” pārstāvji, tostarp D.Akule, iesaistījās pētījumos, lai saprastu, kāda situācija tekstila atkritumu vākšanas jomā ir Latvijā, kā arī to, kā samazināt to apjomu.

Lai vieglāk saprastu ekoloģiskās katastrofas apjomus, D.Akule izmantoja T krekla ražošanas piemēru, minot cik litru ūdens, cik herbicīdu un pesticīdu nepieciešams, lai izaudzētu izejvielas viena T krekla ražošanai, kā arī – kādi citi faktori ietekmē vidi šajā procesā. “Pirms trim gadiem, rīkojot kampaņu “Atmasko T kreklu”, aptaujājām Latvijas iedzīvotājus, lai uzzinātu, cik vidēji T kreklu ir katra iedzīvotāja skapī. Mums sanāca, ka 14. Biju pārsteigta, jo izrādījās, ka man to ir 19 – vairāk nekā vidēji katram iedzīvotājam Latvijā,” pastāstīja biedrības “Zaļā brīvība” pārstāve. Interesanti, ka pasaulē vienā gadā vien tiek saražoti 13 miljardi T kreklu. Sevišķi iecienīts šis apģērbs ir tā dzimtenē ASV.

Lai gan Latvijā tekstila preču patēriņš ir mazāks nekā vidēji ES, tas pieaug ar katru gadu. Ja 2018. patērējām 11753 tonnas, tad 2021.gadā jau 13896 tonnas jeb 7,3 kg tekstila preču uz iedzīvotāju. Latvijā pieaudzis arī lietoto tekstila preču patēriņš: 2021. gadā – 4 409 tonnas jeb 2,39 kg uz iedzīvotāju. Ja 2018.gadā vidēji viens mūsu valsts iedzīvotājs patērēja 17 tekstila preces (12 jaunas un 5 lietotas), tad 2021.gadā tās bija 19 tekstila preces (14 jaunas un 5 lietotas).

D.Akule skaidroja, ka diezgan liels tekstila atkritumu daudzums Latvijā tiek ievests, jo uzņēmumi tos izmanto, piemēram, cementa ražošanai, iejaucot masā sadedzinātā tekstila pelnus, kā arī citos nolūkos. Šo procesu sauc par reģenerāciju enerģijas ieguvei. Turklāt Latvija ne tikai ievēd, bet arī eksportē savus tekstila atkritumus, ko ārvalstu uzņēmumi izmanto līdzīgiem nolūkiem.

## Bez likuma neiztikt

D.Akule uzsvēra, ka Latvijā tekstila atkritumu problēmu mēģina risināt ar likumdošanas palīdzību. Kopš pagājušā gada visā Latvijā jābūt pieejamiem konteineriem tekstila šķirošanai. Kad tikšanās dalībnieki izrādīja neapmierinātību, ka Balvos lietoto apģērbu konteiners pieejams tikai slēgta Eko laukuma teritorijā, turklāt tur var nodot tikai vēl lietojamas drēbes labā stāvoklī, savukārt vecus, novalkātus apģērbus nav kur izmest, “Zaļās brīvības” pārstāve informēja, ka tam drīzumā jāmainās: “1.jūlijā Latvijā stājas spēkā ražotāja paplašināta atbildība, un tas nozīmē, ka uzņēmums, kas pārdod tekstilpreces Latvijā, maksā nodevu arī par to, lai mums būtu šie tekstilam domātie konteineri. Turklāt atkritumu savācēji vairs nedrīkst pieņemt tikai labas, lietojamas drēbes, viņiem jāpieņem visas, kas ir tīras un nav gluži sagrieztas strēmēlēs ar šķērēm, pat, ja tās ir nedaudz ieplisušas. Mēs esam ceturta valsts ES, kas ieviesusi šo normu.”

Savukārt meistarklasē, ko vadīja grafiskā dizainere,



Foto - A.Kirsanovs

**Prezentē pētījumu.** Biedrības “Zaļā brīvība” pārstāve D.Akule balveniešiem pastāstīja par bēdīgo situāciju tekstila atkritumu jomā pasaulē un Latvijā.

## Pētījumā noskaidrots:

- Tekstila atkritumu īpatsvars sadzīves atkritumos: 4% – 6% jeb 19721 – 29582 tonnas. Papildus tam Latvijā savāktas 1530 tonnas tekstila atkritumu. Kopīgais tekstila atkritumu apjoms 2021. gadā bija 21 251 – 31 112 tonnas.
- 2021.gadā Latvijā ievestais tekstila atkritumu apjoms ir gandrīz 10 reizes lielāks par Latvijā savākto tekstila atkritumu apjomu: 15 008 tonnas.
- 2021.gadā atkritumu poligonos tika apglabātas 317 tonnas tekstila.
- Kopš 2023.gada Latvijā ir pienākums nodrošināt tekstila šķirošanu (visā ES – ar 2025.gadu)
- 2022.gadā Latvijā tikai 10% no atkritumu apsaimniekotāju tekstila konteineros savāktajiem lietotajiem tekstila materiāliem tika novirzīti atkārtotai izmantošanai Latvijā. 82% tika eksportēti. 65% labdarības organizāciju savākto lietoto tekstila preču tika novirzīti atkārtotai izmantošanai Latvijā. 24% tika eksportēti.

## Par biedrību “Zaļā brīvība”

*Biedrība “Zaļā brīvība” ir sabiedriska vides aizsardzības un vides izglītības organizācija, kuras misija ir veicināt tādas sabiedrības attīstību, kas dzīvo saskaņā ar sevi un apkārtējo vidi. Lai to paveiktu, tā informē sabiedrību par patērētāju darbības un globalizācijas ietekmi uz dabu un sociālo vidi, aicina līdzdarboties lēmumu pieņemšanā par jautājumiem, kas tieši vai netieši ietekmē ikdienas dzīvi, veicina vides nevalstisko organizāciju līdzdalību nacionālās un starptautiskās likumdošanas izstrādē, pieņemšanā un ieviešanā.*

tekstilmāksliniece SANTA MICĪTE, kā praktisku piemēru tam, ka ne vienmēr jāiegādājas jauns apģērbs, dalībnieki varēja izpaust savu individualitāti, vecu T kreklu pārvēršot jaunā, neatkarījamā apģērba gabalā. “Domāju, ka katra latvieša dabā ir saudzēt vidi. Esmu ar abām rokām par to, lai atstātu pēc iespējas mazāk ekoloģisko pēdu, jo man ir žēl skatīties uz tām apģērbu kaudzēm, kas vienkārši tiek izmestas ārā. Tāpēc aicinu patērēt maz, bet kvalitatīvi un ilgtspējīgi!” rosina S.Micīte, kura šiem principiem seko arī savā ikdienā, vairākas reizes pāršūjot un pārveidojot savus apģērbus, lai nebūtu jāiegādājas jauni. “To daru nevis aiz skopuma, bet aiz cieņas pret materiālu un pret to cilvēku darbu, kuri fabrikās šuvuši šos apģērbus,” atgādina Santa.

## Aktīva jauniete

# Drosmīgajiem pieder pasaule!

Megija Kriviša

**LĪVA RACIBORSKA** ir 15 gadīga jauniete no Bērzpils, kura aizraujas ar sportu, kūku cepšanu un tautas deju dejošanu. Šovasar viņa ļoti aktīvi piedalās dažādos volejbola turnīros un sacensībās. Sportiste atzīst, ka laiku mājās pavada mazāk nekā volejbola laukumos. Taujāta, vai nākotni vēlas saistīt ar sportu, Līva atteic, ka pēc vidusskolas absolvēšanas vēlētos kļūt par fizioterapeiti. Ja vēl varētu spēlēt volejbolu hobija līmenī vai klubā, tad tas būtu ideālākais scenārijs, kādu vien var iedomāties. Kā viss notiks turpmāk, dzīve rādīs.

### Kopš cik gadiem aizraujaties ar sportu?

– Ar sportu nodarbojos kopš septiņu gadu vecuma. Jau tolaik sāku aizrauties ar volejbola spēlēšanu, un tas arī bija vienīgais sporta veids, kam nopietni pievērsos. Nereti brīvajā laikā ar draugiem paspēlējām basketbolu vai futbolu, taču tas mani tik ļoti nepiesaista.

### Kas Jūs pamudināja spēlēt volejbolu?

– Lielākā daļa no maniem klasesbiedriem trenējās un spēlēja volejbolu, tajā laikā man nebija citas nodarbes, kā aizpildīt brīvo laiku. Likās aizraujošs veids, kā varētu to izdarīt, tāpēc arī izvēlējos šo sporta veidu. Ne mirkli nenožēloju savu izvēli.

### No kāda vecuma sākat piedalīties sacensībās?

– Precīzi neatminos, bet, šķiet, biju aptuveni 9 vai 10 gadus jauna, kad piedalījos pirmajās sacensībās. Ja atmiņa neviļ, tās bija vasaras sporta spēles. Bet ļoti iespējams, ka kļūdos, jo ļoti maz ko atceros.

### Cik bieži izdodas piedalīties sacensībās?

– Pagājušā gada iekštelpu volejbola sezonā ziemā nesanāca piedalīties tik daudz, cik gribētos, jo notika tikai Latvijas čempionāta spēles. Taču vasarā gan izdodas ļoti bieži piedalīties, jo notiek MIX turnīri, kas šobrīd ir populāri, kā arī citi čempionāti. Piemēram, iepriekšējā nedēļā piedalījos piecos volejbola turnīros.

### Kādā komandā spēlējat?

– Vairākus gadus spēlēju Balvu Sporta skolas meiteņu komandā, taču tagad, kad absolvēju Bērzpils pamatskolas 9.klasi, vajadzēja izdomāt, kur mācīties tālāk. Izlēmu, ka stašos jaunā skolā un spēlēšu pavisam citā komandā.

### Ja nav noslēpums, kādā komandā spēlēsiet?

– Šobrīd plānoju un ļoti ceru, ka varēšu spēlēt Gulbenes novada Bērnu un jaunatnes sporta skolas meiteņu komandā. Bet tas vēl ir procesā.

### Šo gadu laikā bijušas neaizmirstamas sacensības?

– Meiteņu komandas lokā tās bija vasaras sporta spēles, kur vienā posmā ieguvām 1.vietu un 3.vietu kopvērtējumā. Varētu teikt, ka visas sacensības, kurās šovasar esmu piedalījusies, ir neaizmirstamas, jo piedaloties gūstu pozitīvas emocijas un arī godalgotas vietas. Tik aizpildīta vasara manā dzīvē ir pirmo reizi. Katras sacensības palikušas ļoti spilgtā atmiņā, tāpēc par to priecājos.

### Kas Jūs motivē sportot un pilnveidoties?

– Komanda un tās biedri viennozīmīgi motivē gan pludmales, gan iekštelpu volejbolā. Šis nav individuālais sporta veids, kad pats uzstādi mērķus un tiec ar sevi galā. Šeit ir komanda ar cilvēkiem, ar kuriem viss jādara un jāpievar kopā. Un, protams, jāsasniedz uzvaras. Komanda ir tā, kas mani pilnveido, stumj uz priekšu brīžos, kad kādreiz esmu pateikusi, ka vairs to negribu darīt un ir spēku izsīkums. Arī pludmales volejbolā ir būtiski, kad esam divatā uz laukuma, ja blakus ir otrs biedrs, kurš stiprina. Nenoliedzami, ka manas ģimenes atbalsts ir liels, un es to jūtu.

### Vai ir kāds īpašs rituāls, kas jāveic, lai sagatavotos spēlēm?

– Pirms sacensībām klausos mūziku, bez tās nevaru nekā. Esmu izveidojusi īpašu dziesmu sarakstu, kas mani motivē un ļauj noskaņoties. Bet galvenais pārrunāt spēles gaitu ar komandas biedru vai biedriem, lai viss izdotos. Jābūt gatavam!

### Ir kāds moto vai atziņa, kas palīdz sasniegt mērķus?

– Jā, vienu moto dzirdēju no instruktora kādā jaunsardzes nometnē. Tas ir: "Drosmīgajiem pieder pasaule". Pēc šī moto vados un dzīvoju. Pats galvenais ir būt drošai, darīt to, ko vēlos un kas patīk.

### Kādi vēl ir Jūsu vaļasprieki?

– Man ļoti patīk dažādu maltīšu gatavošana, bet it īpaši kulinārija. Izbaudu procesu, gatavojot saldus ēdienus, vēl man patīk cept kūkas. Tiklīdz rodas iespēja gatavot, es to



**No 35 komandām ierindojas 'top 12'.** 21.jūlijā Līva kopā ar savu komandas biedru Didzi Usenieku piedalījās Litenes MIX turnīrā, kur balvās ieguva kreklīņus.

daru. Vēl brīvajā laikā deju tautas dejas.

### Kā radās ideja par kūku cepšanu?

– Ja godīgi, kovida laikā šis hobijs pats mani atrada. Kādā dienā gribējās kaut ko gardu, nolēmu kūkas formā izcept keksu. Sāku dekorēt un nonācu pie secinājuma, ka man sanāk un patīk. Kopš tā laika mēģinu cept un veidot kaut ko jaunu un nebijušu. Protams, ir kūkas, kas tuviniekiem garšo visvairāk, svētkos tās atkārtojas biežāk.

### Vai Jums ir īpaša firmas recepte?

– Pārsvārā visas receptes skatos internetā vai pavārgrāmatās. Taču man parasti palūdz uztaisīt siera kūkas, jo tās visiem visvairāk arī garšo.

### Jums labprātāk patīk pārbaudītas vērtības vai tomēr eksperimentēt?

– Grūti pat izvēlēties, jo ir dalītas sajūtas. Patīk izmēģināt jaunas receptes, bet ļoti bieži atgriežos pie pārbaudītām vērtībām un tā, ko esmu gatavojusi vairākkārt, kas pašai sanāk vislabāk.

### No kādas kūkas piedevas noteikti nevarētu atteikties? Un kas ir neatņemama sastāvdaļa kūkas gatavošanā?

– Noteikti nevarētu atteikties no dekora. Manuprāt, katrai kūkai ir jābūt citādāka, ar savu *odziņu*. Parasti, kad cepu kūkas, klausos mūziku. Kā jau minēju, bez tās nekur. Viennozīmīgi neatņemama sastāvdaļa ir mans lielais mikseris, kas padara kūkas gatavošanu tik vieglu. Patīk, ka mikseri varu salikt visas sastāvdaļas un pati darīt vairākus darbiņus reizē.

### Kā radās vēlme dejoj tautas dejas?

– Parādījās vairāk brīvā laika, tāpēc sāku domāt, kā to aizpildīt. Esmu cilvēks, kas nevar nosēdēt mājās un mierā, visu laiku vajag kaut kur būt un darīt. Tāpēc sāku domāt, ka būtu jauki atgriezties pie tā, ko darīju agrāk – dejoj tautas dejas. Piedāvāju savai labākajai draudzenei arī nākt dejoj, un viņa piekrita. Tā mēs abas iestājāmies TDK "Rika". Ļoti patīk dejoj šajā kolektīvā, bet, protams, kā jau visur, sastāvs ik pa laikam mainās, taču dejas gars paliek.

### Ir kāda mīļākā deja, ko varētu dejoj atkal un atkal?

– Domāju, ka lielākajai daļai deju kolektīvu mīļākā deja ir "Ābrama polka". Tā ir ārkārtīgi klasiska un jautra, tieši tāpēc šī deja ir mana mīļākā un patīk visvairāk.



**Baltajā Abrenes tautastērpā.** Līva jūtas lepna, ka var būt viena no tautas deju dejojām, tērpties skaistā tērpā, dejojot uz skatuves un priecēt skatītājus.



**Ir kur augt un pilnveidoties.** Līva Raciborska uzskata, ka šobrīd vēl nav sasniegusi tādu līmeni, lai kūkas gatavotu citiem, taču nākotnē vēlētos pieņemt pasūtījumus saviem meistardarbiem.

### Ko šovasar izdevies apskatīt un izdarīt?

– Pagaidām esmu paspējusi apskatīt dažādus pludmales volejbola laukumus (smejas). Neesmu nekur daudz ceļojusi, jo telefona atmiņu un finansiālos līdzekļus taupu braucienam uz Portugāli. Jau 29.jūlija vakarā kopā ar savu labāko draudzeni dosimies 12 dienu ceļojumā cauri Eiropai. Mūsu galapunkts ir Portugāle, kur trīs dienas pavadīsim sērfošanas nometnē, pēc tam tieši tādu pašu maršrutu mērosim mājup.

### Ar ko uz turieni brauksiet?

– Brauksim kopā ar aģentūru "Fisom", kas organizē šādus braucienus tieši jauniešiem, lai lētāk varētu apeļot pasauli. Cik zinu, iepriekš bija ne tikai braucieni pa Eiropu, bet pat uz Ameriku. Rīgā atgriezīšos 10.augusta vakarā, tāpēc, visticamāk, man neizdosies apmeklēt pasākumu "Dziesma Bērzpīlī".

### Kā radās ideja par sērfošanas nometni?

– Tas notika, pateicoties manai labākajai draudzenei, kura pirms diviem gadiem bija tādā pašā ceļojumā, tikai nedaudz ilgākā. Man šī ideja ļoti iepatikās. Varēsim apskatīt ne tikai vienu, bet vairākas pilsētas un valstis, jo brauksim ar autobusu. Likās unikāls veids, kā piepildīt savas vasaras dienas.

### Kādas sajūtas ir par gaidāmo braucienu?

– Esmu nedaudz satraukta, jo deviņas nakts vajadzēs gulēt autobusā, kas, manuprāt, būs nedaudz izaicinoši un izklusās nedaudz biedējoši. Taču domāju, ka tas noteikti nav kaut kas tāds, ko nevarētu izdarīt. Manuprāt, šāda veida pieredze ir interesantāka un atmiņā paliekošāka nekā, ja paliktu viesnīcās. Jūtos ļoti laimīga, ka pieņemu šo lēmumu par braukšanu ceļojumā kopā ar savu labāko draudzeni.

## Hobijs – ceļošana

**Vasara – skaistākais gadalaiks, kas Latvijā ir samērā īss, tomēr košs. Tas ikvienam no mums vairāk vai mazāk saistās ar atpūtu, mieru, iespēju pabūt pie ūdeņiem, izbaudīt siltos saules starus. Tāpat šo laiku daudzi gaida, jo vairumam tad ir atvaļinājums, kad var doties gan tuvākos, gan tālākos izbraucienos. Jo kas gan būtu vasara, ja nevarētu kaut uz neilgu laiku *aizbēgt* no ierastā, pamainīt vidi?! Cilvēks taču ir daļa no dabas, ko nereti aizmirst. Tāpat kā dabai, arī cilvēkam ir nepieciešams miera periods iekšējās enerģijas uzlādei. Tātad viens no veidiem, kā *uzlādēt* savas *iekšējās baterijas* – doties ceļojumā! Arī Sv. Augustīns ir teicis: “Pasaule ir kā grāmata, un tie, kas neceļo, patiesībā izlasa tikai vienu lappusi.” Tātad šis raksts būs interesants tiem, kam patīk ceļot, jo savus stāstus stāstīs tie, kas ceļo! Aiziet!**

Šoreiz uzrunājam trīs lieliskas dāmas: IVETU VOICIŠU no Naudaskalna, ELĪZU PUŽULI no Žiguriem un bijušo balvenieti INDRU GAILĪTI, kura ar ģimeni noenkurojusies, dzīvo un strādā Rēzeknē. Viņas ir tās, kuras savu dzīvi vairs nespēj iedomāties bez ceļošanas! Indra vairāk ir pārgājienu piekritēja, kura vispirms rūpīgi sagatavojas un tad dodas pat vairāku desmitu kilometru tālā ceļā kājām, lai atpūstos no ikdienas un izbaudītu skaisto Latvijas dabu, pa ceļam iepazīstot jaukus cilvēkus un nopeldoties veldzējošās ūdenskrātuvēs. Savukārt Iveta un Elīza ir azartiskas ceļotājas, kuras priekšroku dod tālākiem ceļojumiem, apmeklējot valstis, kurās nav būts. Par to viņas mums, “Vaduguns” lasītājiem, šoreiz pastāstīs vairāk nekā liecina ieraksti un fotogrāfijas “Facebook” platformā.

## Tā ir brīvība – brauc, kur gribi, paliec, kur gribi!



**Pie pilsētiņas Ždiārs, Slovākijā.** “Šajā stāvlaukumā, Tatra pakājē, mēs nakšņojām jau trešo reizi. Atmiņā joprojām fantastiskas sajūtas, – pamosties, paskaties pa logu un redzi kalnu virsotnes, kuras vēl klāj sniegš. Nesteidzīgi pabrokasto, tad malko kafiju, baudot skaistās ainavas,” nesena atmiņās gremdējas Iveta (foto).

**Nenoliedzami, – vienas no skaistākajām atmiņām ir par brīžiem, kad ceļojam. Ceļojot satiekam cilvēkus, kas ir citādāki nekā mēs, pieredzam lietas, kuras nekad nepieredzētu mājās, vērojam skaistus dabasskatus, iepazīstam citas kultūras. Īsumā sakot, padarām savu dzīvi pilnvērtīgāku un laimīgāku!**

Ar vīru abi ceļojam jau sen, sākumā gan tikai iepazīstot Latviju, Lietuvu un Igauniju. Braucot uz vairākām dienām, sākotnēji naktis pavadijām teltīs. Parasti mūs ar draugiem ceļojumā veda mūsu “Volkswagen” *busiņš*. Jāteic, man ceļojumi parasti sanāk īpaši neplānoti, pat spontāni. Piemēram, 2013. gadā pirmo reizi sanāca pabūt arī kaut kur tālāk – Norvēģijā, iepazīstot pilsētiņas Stryn apkārtni. Ideja radās, vienu dienu sēžot visiem kopā pie draudzenes, kad izdomājām pārsteigt draudzenes meitu viņas dzimšanas dienā, kura tajā brīdī dzīvoja un strādāja Norvēģijā.

Dažus gadus vēlāk draudzenes radniece nolēma apciemot savus radus Černivcos, Ukrainā, un tad Milānā, Itālijā, kam sekoja piedāvājums piebiedroties ceļojumā. Tas bija vienkārši WOW brauciens – gandrīz 10 dienas nodzīvojot Ukrainā, iepazīstot Ukrainas iedzīvotājus, kultūru... Tad sekoja garais brauciens uz Milānu, kura laikā iekļāvu arī dažādus apskates objektus Ungārijā un Slovākijā, pa ceļam pabijām arī Venēcijā. Pēc šī brauciena sapratu, – lai ceļotu ar auto un irētu viesnīcas nakšņošanai, ir jāzina valodas, kuras nav tā mūsu stiprākā puse, tāpēc mums ar vīru radās doma par kemperi. Sākumā domājām, likām visus plusus un mīnus, ko labāk izvēlēties – velkamo treileri vai automāju uz riteņiem... Un 2017. gadā mūsu autoparku papildināja vēl viens transportlīdzeklis, kas tika atdzīvs no Lietuvas – automāja uz riteņiem (kemperis), ar kuru paceļojot pa Baltijas valstīm, iekarojot Slovākiju, sapratām, – JĀ, šis ir tas, kas mums patīk. Tā ir brīvība – brauc, kur gribi, paliec, kur gribi!

2019. gadā parādījās iespēja nomainīt savu veco kemperi uz jaunāku modeli, ar kuru ir apceļotas nu jau daudzas Eiropas valstis: 2019. gadā pabijām Kaļiņingradā; 2022. gadā, sarūpējot pārsteigumu māsa, šķērsojām polāro loku Lapzemē, Somijā; 2023. gadā apmeklējām 12 Eiropas valstis; šogad nupat atgriezāmies no ceļojuma, kura mērķis bija Rumānija, bet spontāno ideju rezultātā pabijām arī Bulgārijā un Grieķijā.

Iegādājoties kemperi, pirmais, ko izdarījām, – lai varētu dzīvot autonomi, uzstādījām saules paneļus, laika gaitā uzstādījām jaudīgāku invertoru un akumulatorus. Līdz ar to mums izpaliek kempingu apmeklēšana, kas ir maksas pakalpojums. Visās valstīs ir pieejami brīvkrāni, lai uzpildītu ūdeni, vietas, kur izliet netīro ūdeni, iztukšot tualetes kaseti. Kemperi ir viss nepieciešamais, lai varētu dzīvot un ceļot. Runājot par apģērbu, smeļos, ka ņemu līdzi visu skapi, lai būtu nodrošināta visiem laikapstākļiem. Ēdienu gatavojam kemperī, produktus pārkam veikalos (kā jau ikdienā). Izmaksas (neskaitot auto uzturēšanu) šādos braucienos veido degviela, vinjetes, maksas ceļi, pārtika. Pārējie izdevumi – pēc saviem ieskatiem, cik un kur katrs tērē. Norēķināties visur iespējams ar karti.

Kā jau minēju, ceļošana ar kemperi – tā ir brīvība. Salīdzinot ar tūrfirmām, kur redzi tikai to, kas tūristam jāredz, aizlidojot uz kādu no galamērķiem, ceļojot ar savu auto, nav jāatgriežas noteiktā vietā, jāmeklē naktsmītne, kuras arī nav lētas. Ceļot ar kemperi – tas ir piedzīvojums, kurā dodoties, sevišķi spontāno ideju rezultātā, tu nezini, kas tevi sagaidīs. Un tas ir pats interesantākais!

IVETA VOICIŠA

**Kopā ar ģimeni un draugiem Lapzemē, Somijā.** “Ceļot ir aizraujoši, bet ceļot ar kemperi, kuru vada Iveta un Aigars – tas ir īsts piedzīvojums!” sarunas sākumā atzīst Ivetas māsa Sanita Logina (foto – otrā no labās). Šāda veida ceļojumiem ir liela priekšrocība, – var izvēlēties, kur un cik ilgi vēlies uzturēties, kā arī ir iespēja redzēt vietas, kuras tūrisma aģentūru bukletos neieraudzīs! Kādas tad ir sajūtas līdzbraucējiem? “Ja jau pēc lielākā ceļojuma radās iedvesma pierakstīt savas emocijas un piedzīvoto, kā arī pašai sagatavot un pasūtīt fotoalbumu/grāmatu, tad teikšu, ka ceļojums ir spēcīgs emocionāls savīļojums un prieks. Iespēja ceļot, redzēt, izbaudīt un būt ir nenovērtējama! Turklāt ceļot ar Ivetu un Aigaru ir aizraujoši, jo viņi abi ir īstie ideju ģeneratori! Kā piemērs – 2022. gadā devāmies ar kemperi svinēt Jāņus pie kāda ūdenskrituma Igaunijā, bet finālā Jāņus svinējām Lapzemē, kur pat redzējām Ziemassvētku vecīti!” piebilst Sanita.

**Sāremā salā Igaunijā.** Tas bija pirmais Aigara (skat. foto) un Ivetas Voicišu brauciens uz kaimiņvalsti.

Apskatīt Sāremā salu ir vērts, jo tā atrodas ne tikai Baltijas

jūras krastā, bet tai ir arī bagāta vēsture, kultūra un neparasta daba, piemēram, meteorīta krāteri. Jautājot, kā tas ir – būt par šoferi, braukt tūkstošiem kilometru, jo, kā zināms, daudziem vīriešiem autovadīšana ar laiku apnik un lielākus ceļa posmus tie veic nelabprāt, Aigars atbild, ka vadīt kemperi ir aizraujoši! “Nu jau nobraukti vairāki desmiti tūkstoši kilometru, pabūts daudzās Eiropas valstīs, kurās redzējām dažādas braukšanas kultūras nianšes, kas jāņem vērā, lai neizraisītu sadursmes. Gadījušies arī ekstremāli ceļa posmi, kuros lēmums jāpieņem nekavējoties. Meklējot nakšņošanas vietas, ceļi nav prognozējami, jo gadās, ka kartēs norādītā informācija ir neprecīza,” teic Aigars. “Tomēr apmeklēt vietas, kur nekad nav būts, piepildīt sapņus un nereti – arī spontānas idejas, būt ceļā neatkarīgam – tas ir pats labākais, kas var būt!” piebilst pieredzējušie autovadītāji Iveta un Aigars Voiciši.



Foto - no personīgā arhīva



Foto - no personīgā arhīva

## LTV 1

5.20 "Nacionālie dārgumi. 100g kultūras". Atk.  
6.00 "Latvijas valsts himna".  
6.03 "Kas te? Es te!" Raid. bērniem. Atk.  
6.30 "Animācijas seriāli".  
9.00 "Emī un Rū". Raid. bērniem.

9.30 "Smurfi 2". Anim. seriāls.  
9.40 "Mīa un es 4". Animācijas seriāls.  
10.05 "Runcis zābakos". Pasaku filma.  
11.05 "Istās latvju saimnieces 8". Atk.  
12.05 "Vienas vasaras zieds". LTV iestudējums.  
12.40 "Spēlmaņu cilts". Atk.  
13.20 "Sprīdītis". Pasaku filma.

14.40 "Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas". Atk.  
14.50 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.

15.50 "Dzintaru koncertzāles 80 gadu jubilejas koncerts". Atk.  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.25 "Lēna Lorenca. Ideāla ģimene". Romantiska drāma.

20.00 "Panorāma".  
20.30 "Rallijs". Drāma.  
22.00 "Parizes olimpiskās spēles 2024. Noslēguma ceremonija".

0.20 "Inspektors Lūiss 2". Detektīvseriāls.  
1.55 "Tel". Latvijas raidījums.  
3.40 "Zaļgalvis". Atk.  
3.55 "Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas". Atk.

4.05 "Tarakāni tavā galvā".  
4.40 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.

## LTV 7

5.40 "Parizes olimpiskās spēles 2024. Basketbols. Fināls vīriešiem". Atk.  
7.30 "Parizes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apskats". Atk.  
9.00 "Parizes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika. Maratons sievietēm". Tiešr.

11.20 "Parizes olimpiskās spēles 2024. Rokasbumba. Spēle par 3.vietu

Realitātes šovs.

6.30 "Kontakts kopā ar doktoru Čārlzu Stenliju 2".

7.00 "Sapņu māja 21". Izklaidējošs raid.

8.00 "Pērc mazāk, dzīvo labāk! 4". Izklaidējošs raid.

9.10 "Pārdosim šo māju! 10". Izklaidējošs raid.

10.00 "Veiksmīgs uzņēmējs Latvijā. Televēstule skatogs".

10.30 "15 minūtes virtuvē ar Džeimiju Oliveru".

11.30 "Kulinārijas raidījums. "Laulību namiņš".

13.05 "Auroras Tigārdenas misterijas. Nāvējošā aina". Detektīvfilma.

14.50 "Šokolāde". Melodrama.

17.15 "Previlcības tests". Romantiska komēdija.

19.00 "Uzbāzīgā". Komēdija.

21.00 "Draudzenes Parīzē". Realitātes šovs.

22.00 "Rotāju zēns". Piedz. seriāls.

23.25 "Slepavība Amjēnā". Krimināldrāma.

1.15 "Sapņu ceļojums. Kokosa". Melodrama.

3.00 "Nabaga bagātā meitene". Komēdija.

4.30 "Viņas melo labāk 7". Seriāls.

## TV24

6.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.

7.00 "Preses klubs". Atk.

8.30 "VEF podkāsts". Atk.

9.30 "Pieci novadi Latvijā".

10.00 "Cilvēks. Ceļš. Drošība". Atk.

10.30 "Uz līnijas". Atk.

11.00 "Grāmatu kods".

11.30 "Dienas personība". Atk.

12.00 "Saimnieks. Zeme. Valsts". Atk.

13.00 "Preses klubs". Atk.

14.30 "Dabas tops". Atk.

15.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.

16.00 "Kārtības rullis". Atk.

17.00 "Uz līnijas". Atk.

18.00 "Dr. Apinis". Atk.

19.00 "Pieci novadi Latvijā". Atk.

23.30 "Uz līnijas". Atk.

0.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.

1.30 "Globuss". Atk.

2.30 "Preses klubs". Atk.

4.00 "Uz līnijas". Atk.

4.30 "Ziņu Top". Atk.

5.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.

## ReTV

5.00 "Personības kods 2".

5.50 "Izšķirtspēja 2".

6.40 "Latvijas stāsti".

8.30 "Mēs varam – mēs darām!".

9.30 "Mēs darām tā 2".

9.30 "Māja un sēta".

10.00 "Copes lietas".

10.30 "Gaidām ciemos!".

11.00 "Grupā Galaktika albuma *Sirds vēl tic* prezentācijas koncerts".

14.30 "Ta dzivojam".

15.00 "Autodroms".

15.30 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".

16.00 "Latvijas stāsti".

16.30 "Cēsu novads – izcila vieta dzīvei!".

17.00 "Sveicināti Viduskurzemē!".

17.30 "Nedēļa Jēkabpilī".

18.00 "Runā Latgalē".

18.30 "Limbažu novads rada un dara".

19.00 "No Piena ceļa nākusi. Sēlija – identitāte".

20.00 "Āzija 360".

21.00 "Meža stāsti 5".

21.30 "Piedzīvojums dabā".

22.00 "Planēta Dzintars".

24.00 "Nedēļa Latvijā". Atk.

0.30 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".

1.00 "Copes lietas".

1.30 "Zaļā gaisma".

2.00 "Skats no Ventspils".

## Balvu novada muzeja

□ **Līdz 28.septembrim** izstāde "Mūžiģi Čaks".  
□ **14.augustā plkst. 17.00** Annas Murašovas personālizstādes atklāšana.

## Balvos

**10.augustā plkst. 11.00** "Balto zeķiņu svētki". Ģimenes, kuras bērni dzimuši 2023.gadā un deklarēti Balvu novadā, tiek aicinātas saņemt Baltās zeķītes un piemiņas balvu. Pulcēšanās svētku gājienu ar **plkst. 10.50** Balvu pilsētas parkā pie VEĶJA ZVANIEM. Rotāsim un rotāsimies! (Reģistrējoties jāuzrāda bērna dzimšanas apliecība.)

**10.augustā plkst. 16.00** Bērības svētki. Aicinām piedalīties 2019.gadā dzimušos bērnus kopā ar vecākiem un krustvecākiem. *Pasākumu laikā tiks filmēti un fotografēti.*

**17.augustā plkst. 19.30** Balvos, Dzirnavu ielā 1, **brīvdabas koncerts "Mūzika saulrietam"**. Balvu ezers pārtaps par akustisku koncertzāli, kurā plosis "Vilnītis" būs skatuve, sēdvietas – laivas, stāvvietas – ezera krasts. Balvu ezeru šogad pieskandinās Andris Baltacis un Dainis Skutelis ar koncertprogrammu "Ar Latgali dziesmas un sirdi". Mūzikas baudīšanas un iebraukšanas maksa – gaišas domas, labs garastāvoklis un atbildība par savu drošību uz ūdens.

## Baltinavā

**Līdz 1.novembrim** Baltinavas kultūras namā fotogrāfijas "Mana Baltinava" veidošana ar iedzīvotāju iesaistīšanu fotomirklju tveršanā. Iemūžiniet savus "balto" mirklus un parādiet tos citiem, piedaloties fotogalerijas veidošanā! *Nolikums – <http://tinyurl.com/fotogalerija-baltinava>.*

Augustā Baltinavas muzejā:

□ Baltinavietes Anitas Daukstes mazo glāziņu kolekcijas izstāde.

□ Baltinaviša Olipova Vladimira veidoto modeļu izstāde.

□ Pasaules fotogrāfijas diena. Igora Pliča fotoizstāde.

□ Elitas Egļites un Ivetas Gabriēnes darbu izstāde.

## Bērzpilī

**10.augustā plkst. 19.00** pagasta estrādē "DZIESMA BĒRZPILĪ". **Plkst. 19.00** koncerts "Visi nāk un aiziet tālumā...". Koncertā piedalās iepriekšējo "Dziesma Bērzpilij" pasākumu dalībnieki.

**Plkst. 22.00** balle kopā ar grupām "GINC UN ES", "Draugi" un *DJ GIR4A*. Ieejas maksa: koncertā – EUR 4, ballē – EUR 7. Uz abiem pasākumiem, pērkot kopā – EUR 10. Pasākuma laikā darbosies izbraukuma kafējnicas "DVI LOKI" un "ŠKLADI". Būs iespēja vizināties ar ponijiem – EUR 3 (aplis). Bijetes uz pasākumu var iegādāties iepriekš – pārdošana Bērzpils sietu namā. Tālr. informācijai 26518493.

## Krišjānos

**Līdz 31.augustam** tautas namā skatāma novadnieces, dizaineres Lāsmas Liepiņas instalāciju izstāde "Mūsu Vērtību

## Afiša



Spēks", kas atklāj Krišjāņu pagasta dvēseli caur deviņām būtiskām vērtībām.

Šī izstāde ir Lāsmas Liepiņas personīgais veļējums dzimtajam Krišjāņu pagastam, kas dziļi iesakņojies viņas sirdī. Ar lepmu viņa prezentē izsmalcinātus darbus, kas simbolizē kopienas pamatus: ģimeni, sadarbību, tradīcijas, drošni, viesmīlību, kultūru, pašprietekamību, kopienas līdzdalību un saikni ar dabu. Katrs darbs ir rūpīgi dzīvē, lai atspoguļotu šo vērtību spēku un nozīmi ikdienas dzīvē.

## Kubulos

**17.augustā no plkst. 10.00** "Šklados", Kalna ielā 19D, Kubulos "Bazār Bagāž" krāmu tirdziņš, kurā varēs iegādāties ne tikai vērtīgas un, iespējams, ilgi gaidītas lietas, bet arī labi pavadīt laiku kopā ar ģimeni. *Darbosies "Škladi" burgers ar dzīvniekiem un uzkodām, aktīvais sports lāzerlāpšu laukumā un eko tūrisms ar velosipēdiem. Parāleli notiks izglītojoši pasākumi par tādām tēmām kā atkritumu šķirošana, dzīve bez atkritumiem, meistarklases no pārstrādātajiem materiāliem, ēdienu meistarklases un informatīvas teltis par to, kā "dzīvot zaļi". Bērnu stūrītis mazos gaidīs ar piepūšamajām atrakcijām, zīmēšanu, āra spēlēm, sejiņu apgleznošanu un citām aktivitātem visas dienas garumā, kuras būs pieejamas bez maksas.*

## Kupravā

**24.augustā plkst. 17.00** svētki dziesmai Kupravā "Dziesma manai paaudzei". Pieteikšanās līdz **17.augustam**, tālr. 20681552 (Iveta). Tiek aicināti muzikālie, drosmīgie, jautrie un talantīgie.

## Lazdulejā

**16.augustā plkst. 19.00** saietu namā diskotēka pie "Bites bišu stropā".

## Rugājos

**16.augustā plkst. 22.00** Rugāju parka estrādē ZIEDU KARALIENES UN KARAIJA KRONĒŠANAS zaļumballe kopā ar grupu "Roliše". Ieejas maksa – EUR 6.

## Šķilbēnos

**2.augustā plkst. 17.45** skrējēj un nūjotāji aicināti uz sacensību Balkanu aplī II kārtu. Startis **plkst. 18.00**. Lai arī gaidīti visi interesenti!

## Vīksnā

**10.augustā plkst. 16.00** skolas sporta laukumā Vīksnas pagasta sporta svētki. Individuālās un komandu sacensības.

## Žiguros

**10.augustā plkst. 19.00** Žiguru pagasta estrādē Viļakas kultūras nama Susāju pagasta amatierteātris "Spārītes" ar Baibas Juknevičas Joku lugu "Ak, šī jaukā lauku dzīve!" 4 cēlienos. Režisore – Māriete Bukovska.

**Plkst. 21.00** Žiguru pagasta estrādē balle kopā ar Juri Kīsonu.

\* Turpinājums 15.lpp.

Pārpublicēšanas gadījumā "Vaduguns" atsauce obligāta

# TV PROGRAMMAS

no 5. līdz 11.augustam





## LTV 1

5.00 "Jelas garumā". Atk.  
5.30 "Meža stāsti". Atk.  
6.00 "Latvijas valsts himna".  
6.03 "Ķepa uz sirds". Atk.  
6.30 "Rīta Panorāma".  
8.35 "Liktņa lūdmnieki. Enijas bīze". Seriāls.  
9.30 "Solijums". Seriāls.  
10.30 "Hadsons un Reksis 6". Detektīvseriāls.  
11.15 "Miranda 2".  
11.45 "Animācijas seriāli".  
12.50 "Dardarija". Atk.  
13.20 "Bardaks bēniņos". Atk.  
13.50 "Sazīmē profesiju". Atk.  
14.10 "Jelas garumā". Atk.  
15.10 "Krustpunkta".  
16.05 "Solijums". Seriāls.  
17.05 "Liktņa lūdmnieki. Enijas bīze". Seriāls.  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.50 "Adreses". Atk.  
19.15 "Stenlijs Tuč. Itālijas garšas 2". Dok. filmu cikls.  
20.00 "Panorāma".  
20.45 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu studija".

## TV 3

5.00 "Animācijas seriāli".  
5.20 "Zebra 8".  
5.35 "Divarpus vīru 4". Komēdijseriāls.  
6.00 "Divarpus vīru 5". Komēdijseriāls.  
6.25 "900 sekundes".  
8.45 "Kandisa Renuāra 4". Seriāls.  
9.55 "Rītdiena pieder mums". Seriāls.  
11.05 "Mani virtuves noslēpumi 5". Realitātes seriāls.  
12.40 "Pallikt vai pārvaikties. Austrālija 3". Realitātes seriāls.  
13.45 "Pamestie superprojekti 6". Dok. seriāls.  
14.45 "Izmeklē Klāra 2". Seriāls.  
15.50 "Izmeklētāji". Seriāls.  
16.50 "Hamburgas iecirknis 30". Seriāls.  
18.00 "TV3 ziņas īsumā".  
18.10 "Ceļvedis atvaļinājumam 5". Izklaidējošs raid.  
19.10 "Bez tabu".  
20.00 "TV3 ziņas".  
20.45 "Degpunktā 14".  
21.15 "Gulivera ceļojumi". Komiska piedz. filma.  
22.55 "Kovboji un citplanētieši". Spraiga sižeta fantastikas filma.  
1.20 "Parīze pagaidīs". Romantiska drama.  
3.05 "UgunsGrēks 2". Seriāls. Tiesraide.

## LTV 7

5.25 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Pludmales volejbols". Atk.  
6.30 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Svarceļšana". Atk.  
8.30 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apskats". Atk.  
10.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Treka riteņbraukšana".  
11.40 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika". Tiesraide.  
13.25 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Sporta kāpšana".  
14.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Modernā piecīņa". Tiesraide.  
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".

Kristīgā programma.  
6.00 "15 minūtes virtuvē ar Džeimiju Oliveru". Kulinārijas raid.  
6.25 "Zem klāja 3". Realitātes šovs.  
7.20 "Pirkrt vai uztaisīt?". Realitātes seriāls.  
7.55 "Ievainotie putni 2". Seriāls.  
8.50 "Mani remonta noteikumi 6". Realitātes šovs.  
9.50 "UgunsGrēks. Atgriešanās". Seriāls.  
12.25 "Bagātie arī raud". Seriāls.  
13.20 "Šefu gaidījāt?" Kulinārijas raidījums.  
14.20 "Grejas anatomija 15". Seriāls.  
16.00 "Tikai tu". Seriāls.  
17.00 "Ģimene 2". Seriāls.  
19.00 "Doktors Haus". Melodrama.  
21.00 "Sokolāde".  
23.15 "Svešzemniece 5". Seriāls.  
0.25 "Vēstnieka meita". Seriāls.  
1.10 "Ģimene 2". Seriāls.  
3.10 "Viņas melo labāk". Seriāls. Tiesraide.

## TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.  
7.30 "Dabas tops". Atk.  
8.00 "Ziņu Top". Atk.  
8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
9.30 "Dienas personība". Atk.  
11.30 "Globuss". Atk.  
12.30 "Uz līnijas". Atk.  
13.00 "Preses klubs". Atk.  
14.30 "Dabas tops". Atk.  
15.00 "Nacionālo interešu klubs". Atk.  
16.00 "Dienas personība". Atk.  
16.30 "Ziņu Top". Atk.  
17.00 "Preses klubs". Atk.  
18.30 "Uz līnijas". Atk.  
19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
20.00 "Dienas personība". Atk.  
20.30 "Ziņu Top". Atk.  
21.00 "Saimnieks. Zeme. Valsts". Atk.  
22.00 "Uz līnijas". Atk.  
22.30 "Ziņu Top". Atk.  
23.00 "Preses klubs". Atk.  
0.30 "Saimnieks. Zeme. Valsts". Atk.  
1.30 "Globuss". Atk.  
2.30 "Preses klubs". Atk.  
4.00 "Dr. Apinis". Atk.  
5.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.

## ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.  
5.30 "Personības kods 2".  
6.25 "Copes lietas".  
6.50 "Dabas spēks".

7.15 "Lidaku ielenktie".  
7.45 "Piedzīvojums dabā".  
8.15 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
9.00 "Skats no Ventpils".  
9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
10.15 "Manas bērnības atmiņas".  
10.50 "Cilvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzemē".  
11.25 "Copes lietas".  
12.00 "Izšķirtspeja 2".  
13.00 "Aizmugure". Atk.  
13.45 "Es daru tā".  
14.00 "Dabas spēks".  
14.30 "Gaidām ciemos!".  
15.00 "ReTV ziņas trijos".  
15.30 "Mans milulis".  
16.00 "Ēdienkarte".  
16.30 "Cilvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzemē".  
17.00 "Skats no Ventpils".  
17.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
18.00 "Personības kods 2".  
19.00 "ReTV ziņas septiņos".  
19.15 "Mēs varam – mēs darām!".  
19.50 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".  
20.25 "Zaļā gaisma".  
21.00 "ReTV ziņas deviņos".  
21.30 "Brīvdienas sākas tagad!".  
22.05 "Ceļot bez robežām 5".  
22.40 "Arhīvus pārskatot".  
23.45 "Personības kods 2".  
0.45 "Aizmugure". Atk.  
1.30 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
4.10 "Personības kods 2".

## TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.  
7.30 "Dabas tops". Atk.  
8.00 "Ziņu Top". Atk.  
8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
9.30 "Dienas personība". Atk.  
11.30 "Globuss". Atk.  
12.30 "Uz līnijas". Atk.  
13.00 "Preses klubs". Atk.  
14.30 "Dabas tops". Atk.  
15.00 "Nacionālo interešu klubs". Atk.  
16.00 "Dienas personība". Atk.  
16.30 "Ziņu Top". Atk.  
17.00 "Preses klubs". Atk.  
18.30 "Uz līnijas". Atk.  
19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
20.00 "Dienas personība". Atk.  
20.30 "Ziņu Top". Atk.  
21.00 "Saimnieks. Zeme. Valsts". Atk.  
22.00 "Uz līnijas". Atk.  
22.30 "Ziņu Top". Atk.  
23.00 "Preses klubs". Atk.  
0.30 "Saimnieks. Zeme. Valsts". Atk.  
1.30 "Globuss". Atk.  
2.30 "Preses klubs". Atk.  
4.00 "Dr. Apinis". Atk.  
5.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.

## ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.  
5.30 "Personības kods 2".  
6.25 "Copes lietas".  
6.50 "Dabas spēks".

5.20 "Pārtikas revīdents". Atk.  
6.00 "Latvijas valsts himna".  
6.03 "Ķepa uz sirds". Atk.  
6.30 "Rīta Panorāma".  
8.35 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.  
9.30 "Solijums". Seriāls.  
10.35 "Hadsons un Reksis 6". Detektīvseriāls.  
11.20 "Miranda". Komēdijseriāls.  
11.50 "Sāls princese". Pasaku filma.  
12.50 "Animācijas seriāli".  
13.20 "Kas te? Es te!". Raid. bērnēm. Atk.  
13.50 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
14.35 "Pārtikas revīdents". Atk.  
15.15 "Krustpunkta".  
16.10 "Solijums". Seriāls.  
17.10 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.45 "Miranda". Komēdijseriāls.  
19.15 "Hadsons un Reksis 6". Detektīvseriāls.  
20.00 "Panorāma".  
20.45 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu studija".  
21.15 "Apokalipse. Otrais pasaules karš". Dok. daudzsēriju filma.  
22.10 "Jauna dzīve par desmit mārčiņām". Vēsturisks seriāls.  
23.10 "Nakts ziņas".  
23.35 "Mūsu draugs". Drāma.  
1.40 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
2.25 "Dabas koncertāle. Simfonija Devonis". Atk.  
3.20 "Personība. 100 g kultūras". Atk.

## LTV 1

5.20 "Pārtikas revīdents". Atk.  
6.00 "Latvijas valsts himna".  
6.03 "Ķepa uz sirds". Atk.  
6.30 "Rīta Panorāma".  
8.35 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.  
9.30 "Solijums". Seriāls.  
10.35 "Hadsons un Reksis 6". Detektīvseriāls.  
11.20 "Miranda". Komēdijseriāls.  
11.50 "Sāls princese". Pasaku filma.  
12.50 "Animācijas seriāli".  
13.20 "Kas te? Es te!". Raid. bērnēm. Atk.  
13.50 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
14.35 "Pārtikas revīdents". Atk.  
15.15 "Krustpunkta".  
16.10 "Solijums". Seriāls.  
17.10 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.45 "Miranda". Komēdijseriāls.  
19.15 "Hadsons un Reksis 6". Detektīvseriāls.  
20.00 "Panorāma".  
20.45 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu studija".  
21.15 "Apokalipse. Otrais pasaules karš". Dok. daudzsēriju filma.  
22.10 "Jauna dzīve par desmit mārčiņām". Vēsturisks seriāls.  
23.10 "Nakts ziņas".  
23.35 "Mūsu draugs". Drāma.  
1.40 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
2.25 "Dabas koncertāle. Simfonija Devonis". Atk.  
3.20 "Personība. 100 g kultūras". Atk.

## LTV 7

5.45 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Jātnieku sports". Atk.  
8.30 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apskats". Atk.  
10.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Treka riteņbraukšana". Atk.  
11.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika". Tiesraide.  
14.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Volejbols. Ceturtā daļiņa".  
15.25 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Basketbols. Ceturtā daļiņa".  
17.30 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Rokasbumba.

Ceturtdaļiņāls sievietēm".  
18.50 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Basketbols. Ceturtā daļiņa".  
21.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika". Tiesraide.  
22.45 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Treka riteņbraukšana".  
24.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apskats".  
1.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Jātnieku sports. Konkūra fināls".  
3.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024. Basketbols. Ceturtā daļiņa".  
vīriešiem". Atk.

## TV 3

5.00 "Animācijas seriāli".  
5.35 "Divarpus vīru 4". Komēdijseriāls.  
6.25 "900 sekundes".  
8.45 "Kandisa Renuāra 3". Seriāls.  
9.55 "Rītdiena pieder mums". Seriāls.  
11.05 "Mani virtuves noslēpumi 5". Realitātes seriāls.  
12.40 "Pallikt vai pārvaikties. Austrālija 3". Realitātes seriāls.  
13.45 "Pamestie superprojekti 6". Dok. seriāls.  
14.45 "Izmeklē Klāra 2". Seriāls.  
15.50 "Izmeklētāji". Seriāls.  
16.50 "Noziegumi tropos 5". Seriāls.  
18.00 "TV3 ziņas īsumā".  
18.10 "Ceļvedis atvaļinājumam". Izklaidējošs raid.  
19.10 "Bez tabu".  
20.00 "TV3 ziņas".  
20.45 "Degpunktā".  
21.10 "Karsti. Krēta". Iepazīšanās šovs.  
22.10 "Ledīja Lapsa". Seriāls.  
24.00 "Ātrs un bez žēlastības 6". Spraiga sižeta filma.  
2.30 "Izmeklētājs Magnums 3". Seriāls.  
4.20 "UgunsGrēks 2". Seriāls. Tiesraide.

## TV3 Life

5.00 "Viņas melo labāk". Seriāls.  
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss". Kristīgā programma.  
6.00 "15 minūtes virtuvē ar Džeimiju Oliveru".  
6.25 "Zem klāja". Realitātes šovs.  
7.20 "Pirkrt vai uztaisīt?". Realitātes

7.55 "Ievainotie putni 2". Seriāls.  
8.50 "Mani remonta noteikumi 6". Realitātes šovs.  
10.10 "UgunsGrēks 17". Seriāls.  
12.25 "Bagātie arī raud". Seriāls.  
13.20 "Šefu gaidījāt?" Kulinārijas raidījums.  
14.20 "Grejas anatomija 15". Seriāls.  
15.30 "Svētku kūka".  
16.00 "Ēdienkarte".  
16.30 "Skats no Ventpils".  
17.00 "Skats no Ventpils".  
17.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
18.15 "Sprīd ar Delfi".  
18.25 "Gaidām ciemos!".  
19.00 "ReTV ziņas septiņos".  
19.15 "Vērtīgi zināt".  
19.50 "Līmāžu novads rada un dara".  
20.25 "Ēdienkarte 2".  
21.00 "ReTV ziņas deviņos".  
21.30 "Māja un sētā".  
22.05 "Manas bērnības atmiņas".  
22.40 "Māmiņu sarunas kopā ar Gundegu Rozi".  
23.45 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
0.30 "Līmāžu novads rada un dara".  
1.00 "Vērtīgi zināt".  
1.30 "Ēdienkarte 2".  
2.00 "Skats no Ventpils".  
2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
3.15 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
3.55 "Ēdienkarte".  
4.15 "Māmiņu sarunas kopā ar Gundegu Rozi".

## TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.  
7.30 "Dabas tops". Atk.  
8.00 "Uz līnijas". Atk.  
8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
9.30 "Dienas personība". Atk.  
10.00 "Preses klubs". Atk.  
11.30 "Dr. Apinis". Atk.  
12.30 "Uz līnijas". Atk.  
13.00 "Kārtības rullis". Atk.  
14.30 "Dabas tops". Atk.  
15.00 "Dr. Apinis". Atk.  
16.00 "Dienas personība". Atk.  
16.30 "Ziņu Top".  
17.00 "Preses klubs".  
18.30 "Uz līnijas".  
19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
20.00 "Dienas personība". Atk.  
20.30 "Ziņu Top".  
21.00 "Kur tas suns aprakts?".  
22.00 "Uz līnijas". Atk.  
22.30 "Ziņu Top". Atk.  
23.00 "Preses klubs". Atk.  
0.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
1.30 "Kur tas suns aprakts?". Atk.  
2.30 "Preses klubs". Atk.  
4.00 "Uz līnijas". Atk.  
4.30 "Ziņu Top". Atk.  
5.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.

## ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.  
5.30 "Personības kods".  
6.25 "Āzija 360".  
6.50 "Labdien! Mēs no Ukrainas".  
7.45 "Latvijas stāsti".  
8.15 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
9.00 "Skats no Ventpils".  
9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".

10.15 "Dabas spēks".  
10.50 "Skats no Ventpils".  
11.25 "Āzija 360".  
12.00 "Personības kods".  
13.00 "Meža stāsti".  
13.30 "Latvijas stāsti".  
14.00 "Labdien! Mēs no Ukrainas".  
15.00 "ReTV ziņas trijos".  
15.30 "Svētku kūka".  
16.00 "Ēdienkarte".  
16.30 "Skats no Ventpils".  
17.00 "Skats no Ventpils".  
17.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
18.15 "Sprīd ar Delfi".  
18.25 "Gaidām ciemos!".  
19.00 "ReTV ziņas septiņos".  
19.15 "Vērtīgi zināt".  
19.50 "Līmāžu novads rada un dara".  
20.25 "Ēdienkarte 2".  
21.00 "ReTV ziņas deviņos".  
21.30 "Māja un sētā".  
22.05 "Manas bērnības atmiņas".  
22.40 "Māmiņu sarunas kopā ar Gundegu Rozi".  
23.45 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
0.30 "Līmāžu novads rada un dara".  
1.00 "Vērtīgi zināt".  
1.30 "Ēdienkarte 2".  
2.00 "Skats no Ventpils".  
2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
3.15 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
3.55 "Ēdienkarte".  
4.15 "Māmiņu sarunas kopā ar Gundegu Rozi".

## TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.  
7.30 "Dabas tops". Atk.  
8.00 "Uz līnijas". Atk.  
8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
9.30 "Dienas personība". Atk.  
10.00 "Preses klubs". Atk.  
11.30 "Dr. Apinis". Atk.  
12.30 "Uz līnijas". Atk.  
13.00 "Kārtības rullis". Atk.  
14.30 "Dabas tops". Atk.  
15.00 "Dr. Apinis". Atk.  
16.00 "Dienas personība". Atk.  
16.30 "Ziņu Top".  
17.00 "Preses klubs".  
18.30 "Uz līnijas".  
19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
20.00 "Dienas personība". Atk.  
20.30 "Ziņu Top".  
21.00 "Kur tas suns aprakts?".  
22.00 "Uz līnijas". Atk.  
22.30 "Ziņu Top". Atk.  
23.00 "Preses klubs". Atk.  
0.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
1.30 "Kur tas suns aprakts?". Atk.  
2.30 "Preses klubs". Atk.  
4.00 "Uz līnijas". Atk.  
4.30 "Ziņu Top". Atk.  
5.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.

## ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.  
5.30 "Personības kods".  
6.25 "Āzija 360".  
6.50 "Labdien! Mēs no Ukrainas".  
7.45 "Latvijas stāsti".  
8.15 "Sprīd ar Delfi". Atk.  
9.00 "Skats no Ventpils".  
9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".



**Vispirms viņi sūdzas par garlaicību, bet tad, kad tu palidzi viņiem tikt no tās vajā, sūdzas, ka ugunsdzēsēji atbraukuši parāk vēlu.**

**Kamer viņš sēdēja upes krastā un gaidīja, kad garām papeldēs ienaids-nieka līķis, ienaidsnieks piezagās, ienaidsnieks no atzīmugures...**

**Paši dāvinām ārstiem daudzi stāpus dzēriem un pēc tam brīnāmies, ka viņiem ir nesalasāms rokkraksts.**

**Orgasna laikā kāju sarāva krampis. Labi, ka nevienš neredzēja.**

## LTV 1

5.00	“Zemes stāsti”. Atk.
6.00	“Latvijas valsts himna”.
6.03	“Ķepa uz sirds”. Atk.
6.30	“Rīta <i>Panorāma</i> ”.
8.35	“Mīlas viesulis 19”. Serāls.
9.30	“Solījums”. Serāls.
10.30	“Hadsons un Reksis 6”.
11.15	“Miranda”. Komēdijseriāls.
11.45	“Lena Lorenca. Brīvība”. Romantiska drāma.
13.15	“Istās latvijū saimniecs 8”.
14.15	“Partikas revidents”. Atk.
14.55	“Zaigāvis”. Atk.
15.10	“Krustpunktā”.
16.05	“Solījums”. Serāls.
17.10	“Mīlas viesulis 19”. Serāls.
18.00	“Dienas ziņas”.
18.45	“Miranda”. Komēdijseriāls.
19.15	“Hadsons un Reksis 6”.
20.00	“Panorāma”.
20.45	“Parīzes olimpiskās spēles 2024”.
21.15	“ <i>Latvijas Lolo</i> izlozes”.
21.25	“Lielas un mazas radības 4”. Serāls.
22.15	“Dzīvības mirzums”.
23.00	“Nakts ziņas”.
23.25	“Zīņu dzimta”.
0.50	“Pa strauņei 3”. Atk.
1.50	“18. novembra koncerts Zakuslas studijā”. Atk.
2.35	“Dzirdi balis ar Kārti Kazāku”. Atk.
3.05	“Pārtikas revidents”. Atk.
3.50	“Personība”. 100 g kultūras”. Atk.

## LTV 7

5.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Basketbols”. Atk.
7.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apsākats”. Atk.
8.30	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika”.
14.05	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Sporta kāpšana”.
14.30	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Rokasbumba. Ceturtdaļfināls vīriešiem”. Tiešr.
16.30	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Skeitboards”.
16.55	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Voleibols. Pusfināls vīriešiem”. Tiešr.
19.30	“Parīzes olimpiskās spēles

2024. Skeitboards. Fināls vīriešiem”.

20.05	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika”.
22.50	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Pludmales voleibols”. Tiešr.
24.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Tēka rīteņbraukšana”.
1.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apsākats”.
2.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Rokasbumba. Ceturtdaļfināls vīriešiem”. Atk.
3.30	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Voleibols. Pusfināls vīriešiem”. Atk.

## TV 3

5.00	“Animācijas seriāli”.
5.35	“Divarpus vīru 4”.
6.25	“900 sekundes”.
8.45	“Kandisa Renuāra 3”.
9.55	“Rītdiena pieder mums”.
11.05	“Mani virtuves noslēpumi 5”. Realitātes seriāls.
12.40	“Palkit vai pārvaiktes. Austrālija 3”. Realitātes seriāls.
13.45	“Panemste superprojekti 6”. Dok. seriāls.
14.45	“Izmekle Klāra 2”. Serāls.
15.50	“Izmekletāji”. Serāls.
16.50	“Hamburģas iecirknis 30”. Serāls.
18.00	“TV3 ziņas īsumā”.
18.10	“Ceļvedis atvaļinājumam 5”. Izkaidējošs raid.
19.10	“Bez tabu”.
20.00	“TV3 ziņas”.
20.45	“Degpunktā 14”.
21.10	“Karsti. Krēta”.
22.10	“Bezgalīgas debesis”.
23.10	“CSI Lasvegasa 2”. Serāls.
23.55	“Trii nostrādātas slepkavības”. Krimināltrilleris.
2.00	“Peta 2”. Serāls.
3.50	“UgunsGrēks 2”. Serāls.

## TV3 Life

5.00	“Vīņas melo labāk 6”.
5.30	“Tīģoņi uzvaras balss”.
6.00	“15 minūtes virtuvē ar Džeimiju Olivēru”.
	Kulinārijas raid.

6.25 “Zem klāja 3”. Realitātes šovs.

7.20	“Prīkt vai uztaisīt?” Realitātes seriāls.
7.55	“Ievainotte putni 2”. Serāls.
8.50	“Mani remonta noteikumi”.
10.10	“UgunsGrēks 17”. Serāls.
12.25	“Bagāte arī raud”. Serāls.
13.20	“Šētu gaidītāji?” Kulinārijas raidījums.
14.20	“Grieķas anatomija”. Serāls.
16.00	“Tīkai tu”. Serāls.
17.00	“Gimene 2”. Serāls.
19.00	“Doktors Haus”. Serāls.
21.00	“Manas mīļākās kazas”.
22.50	“Svešzemniece 5”. Serāls.
23.55	“Vestnietka meita”. Serāls.
0.45	“Gimene”. Serāls.
2.35	“Vīņas melo labāk 6”. Serāls.

## TV24

6.00	“Preses klubs”. Atk.
7.30	“Dabas tops”. Atk.
8.00	“Zīņu Top”. Atk.
8.30	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.
9.30	“Dienas personība”.
10.00	“Preses klubs”. Atk.
11.30	“Kur tas suns aprakts?” Atk.
12.30	“Uz līnijas”. Atk.
13.00	“Preses klubs”. Atk.
14.30	“Dabas tops”. Atk.
15.00	“Kur tas suns aprakts?” Atk.
16.00	“Dienas personība”. Atk.
16.30	“Zīņu Top”.
17.00	“Preses klubs”.
18.30	“Uz līnijas”.
19.00	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”.
20.00	“Dienas personība”. Atk.
20.30	“Člīvēks. Ceļš. Drošība”.
21.00	“Nacionālo interešu klubs”. Atk.
22.00	“Uz līnijas”. Atk.
22.30	“Zīņu Top”.
23.00	“Preses klubs”. Atk.
0.30	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.
1.30	“Nacionālo interešu klubs”. Atk.
2.30	“Preses klubs”. Atk.
4.00	“Uz līnijas”. Atk.
4.30	“Zīņu Top”.
5.00	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.

## RetTV

5.00	“RetTV ziņas”. Atk.
5.30	“Personības kods 2”.
6.25	“Ēdienkarte 2”.
6.50	“Mājā un sētā”.
7.15	“Manas bērības atmiņas”.

7.45 “Vertīgi zināt”.

8.15	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”. Atk.
9.00	“Skats no Ventspils”.
9.15	“Reģionālās televīzijas piedāvā”.
10.15	“Latvijas stāsti”.
10.50	“Manas jaunās mājas – Latgale”.
11.25	“Ēdienkarte 2”.
12.00	“Personības kods 2”.
13.00	“Manas bērības atmiņas 2”.
13.30	“Vertīgi zināt”.
14.00	“Mājā un sētā”.
14.30	“Tā dzīvojam RetTV”.
15.00	“RetTV ziņas tīfjos”.
15.30	“Peru piezīmes: Kusko”.
16.00	“Koncertzāle <i>Latvija</i> . Brīvā sapņu karoga stāsts”. Dok. filma.
17.15	“Reģionālās televīzijas piedāvā”.
18.15	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”.
18.25	“Gaidām cemosi”.
19.00	“RetTV ziņas septiņos”.
19.15	“Autodroms”.
19.50	“Svētku kūka”.
20.25	“Brīvdienu sākās tagadi!”
21.00	“RetTV ziņas deviņos”.
21.30	“Tīksimies stacijā!”
22.40	“Mans milūlis”.
23.15	“Copes frekvence”.
0.15	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”. Atk.
0.55	“Zaļa gaisma”.
1.20	“Brīvdienu sākās tagadi!”
1.45	“Svētku kūka”.
2.15	“Reģionālās televīzijas piedāvā”.
3.15	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”. Atk.
3.55	“Ēdienkarte”.
4.15	“Limbažu novads rada un dara”.
4.35	“Manas bērības atmiņas”.



**– Izklausīties pilnīgi trakti, bet man steidzami vajag 100 000 eiro... Varbūt kāds var aizdot? Dievīnam jau palīdzu sakārtot situāciju, bet viņš bez čihķiem nevar.**

**Mēneša visvairāk pirktā grāmatu Rīgas grāmatnīcās “Kā atrast savu sapņu vīrieti un ko pēc tam ar to draņķa gabalu darīt”.**

**Apbeidzamas pakalpojumu birojs “Jautrā atrahne”.**

## LTV 1

5.30	“Uzreiz tautastēpu!” Atk.
6.00	“Latvijas valsts himna”.
6.03	“Ķepa uz sirds”. Atk.
6.30	“Rīta <i>Panorāma</i> ”.
8.35	“Mīlas viesulis 19”. Serāls.
9.30	“Solījums”. Serāls.
10.30	“Hadsons un Reksis 6”.
11.15	“Miranda”. Komēdijseriāls.
11.45	“Animācijas seriāli”.
12.50	“Dardarija”. Atk.
13.20	“Bardaks bērnišos”. Raid.
13.50	“Sazīme profesijū!” Atk.
14.10	“Jelas garumā”. Atk.
15.15	“Krustpunktā”.
16.10	“Solījums”. Serāls.
17.10	“Mīlas viesulis 19”. Serāls.
18.00	“Dienas ziņas”.
18.45	“Miranda 2”.
19.15	“Hadsons un Reksis 6”.
20.00	“Panorāma”.
20.45	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apsākats”.
21.15	“Koko Šanele. Sieviete aiz zīmola”. Dok. filma.
22.05	“Sīsi 3”. Vesturisks seriāls.
22.55	“Nakts ziņas”.
23.20	“Vikingi 4”. Serāls.
0.50	“Latvijas sirdsdziesma”. Atk.
1.50	“Vakans. Pietura. Jasmīns”. Atk.
3.20	“Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas”. Atk.
3.30	“Pa strauņei 3”. Atk.
4.30	“Jelas garumā”. Atk.

## LTV 7

6.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Voleibols. Pusfināls vīriešiem”. Atk.
6.05	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika”. Atk.
8.30	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apsākats”. Atk.
10.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Tēka rīteņbraukšana”. Atk.
11.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika”.
13.30	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Rokasbumba. Ceturtdaļfināls vīriešiem”.
15.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Kanoe aīšanās sprinta fināli”.
15.30	“Parīzes olimpiskās spēles

2024. Sporta kāpšana”.  
Parīzes olimpiskās spēles 2024. Pludmales voleibols”. Tiešr.

20.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Modernā piēcīņa. Paukošana vīriešiem”.
20.30	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Vieglatlētika”.
22.50	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Basketbols. Pusfināls vīriešiem”. Tiešr.
1.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Pludmales voleibols”.
2.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Olimpisko spēļu apsākats”.
3.00	“Parīzes olimpiskās spēles 2024. Sporta kāpšana”. Atk.

## TV 3

5.00	“Animācijas seriāli”.
5.35	“Divarpus vīru 4”.
6.25	“900 sekundes”.
8.45	“Kandisa Renuāra 4”. Serāls.
9.55	“Rītdiena pieder mums”.
11.05	“Mani virtuves noslēpumi 5”. Realitātes seriāls.
12.40	“Palkit vai pārvaiktes. Austrālija 3”. Realitātes seriāls.
13.45	“Panemste superprojekti 6”.
14.45	“Izmekle Klāra 2”. Serāls.
15.50	“Izmekletāji”. Serāls.
16.50	“Hamburģas iecirknis 30”.
18.00	“TV3 ziņas īsumā”.
18.10	“Ceļvedis atvaļinājumam 5”. Izkl. raid.
19.10	“Bez tabu”.
20.00	“TV3 ziņas”.
20.45	“Degpunktā 14”.
21.10	“Karsti. Krēta”. Iepazīšanās šovs.
22.15	“Zebra”. LV raidījums.
22.30	“Tējas laiks”. Serāls.
23.05	“Inspektors Koskīnens”.
0.50	“Visi gali sniegā”. Sprauģa sīzeta filma.
3.00	“Zindusis simbols”. Serāls.
3.55	“UgunsGrēks 2”. Serāls.

## TV3 Life

5.00	“Vīņas melo labāk 6”.
5.30	“Tīģoņi uzvaras balss”.
6.00	“15 minūtes virtuvē ar Džeimiju Olivēru”.
	Kulinārijas raid.

6.25 “Zem klāja 3”.

7.20	“Prīkt vai uztaisīt?” Realitātes seriāls.
7.55	“Ievainotte putni 2”. Serāls.
8.50	“Mani remonta noteikumi”. Realitātes šovs.
10.00	“UgunsGrēks 17”.
11.30	“UgunsGrēks. Atgriešanās”. Serāls.
12.25	“Bagāte arī raud”.
13.20	“Šētu gaidītāji? 2”.
14.20	“Grieķas anatomija 15”.
16.00	“Tīkai tu”. Serāls.
17.00	“Gimene”. Serāls.
19.00	“Doktors Haus”. Serāls.
21.00	“Aurotas Tīgārdens mīstērijās. Nāvējošā aina”. Detektīvfīlma.
22.45	“Svešzemniece 5”.
23.40	“Vestnietka meita”.
2.05	“Vīņas melo labāk 6”.

## TV24

6.00	“Preses klubs”. Atk.
7.30	“Aksperens izaugsmei”. Atk.
8.00	“Zīņu Top”. Atk.
8.30	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.
9.30	“Dienas personība”.
10.00	“Preses klubs”. Atk.
11.30	“Nacionālo interešu klubs”. Atk.
12.30	“Uz līnijas”. Atk.
13.00	“Preses klubs”. Atk.
14.30	“Dabas tops”. Atk.
15.00	“Saimnieks. Zeme. Valsts”. Atk.
16.00	“Dienas personība”. Atk.
16.30	“Zīņu Top”.
17.00	“Preses klubs”.
18.30	“Uz līnijas”.
19.00	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”.
20.00	“Dienas personība”.
20.30	“Zīņu Top”.
22.00	“Uz līnijas”.
22.30	“Zīņu Top”.
23.00	“Preses klubs”. Atk.
0.30	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”.

## RetTV

4.30	“Zīņu Top”. Atk.
5.00	“Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.
5.00	“RetTV ziņas”. Atk.
5.30	“Personības kods”.
6.25	“Brīvdienu sākās tagadi!”
6.50	“Tīksimies stacijā!”
7.45	“Autodroms”.
8.15	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”. Atk.
9.00	“Es daru tā”.
9.15	“Reģionālās televīzijas piedāvā”.
10.15	“Svētku kūka”.
10.50	“Par Līepāju un līepāniekiem”.
11.25	“Brīvdienu sākās tagadi!”
12.00	“Personības kods 2”.
13.00	“Copes frekvence”.
14.00	“Tīksimies stacijā!”
15.00	“RetTV ziņas tīfjos”.
15.30	“Asperiens izaugsmei”.
16.30	“Par Līepāju un līepāniekiem”.
17.00	“Skats no Ventspils”.
17.15	“Reģionālās televīzijas piedāvā”.
18.15	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”.
19.00	“RetTV ziņas septiņos”.
19.15	“Piedzīvojums dabā”.
19.50	“Člīvēki, darbi, tradīcijas līgaskurzemē”.
20.25	“Copes lietās”.
21.00	“RetTV ziņas deviņos”.
21.30	“Dabas spēks”.
22.05	“Gaidām cemosi”.
22.40	“Aizmugure”.
23.25	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”. Atk.
0.10	“Člīvēki, darbi, tradīcijas līgaskurzemē”.
0.35	“Dabas spēks”.
1.00	“Piedzīvojums dabā”.
1.30	“Copes lietās”.
2.00	“Skats no Ventspils”.
2.15	“Reģionālās televīzijas piedāvā”.
3.15	“Sprīd ar <i>Defff</i> ”. Atk.
3.55	“Ēdienkarte”.
4.15	“Skats no Ventspils”.
4.35	“Svētku kūka”.



**Universitāte šodien – kad pasniedzēji, heterodami valdību, mēģina dot zināšanas studentiem, kas heterodarkas.**

**Patīdis sievietei zem brunčiem, netrāpīs zem vīņas tupeles!**

\* Sākums 6.lpp.

## Hobijs – ceļošana

## Vasaras saulgriežus nosvinēt Zakopanē? Jā!

Labāk ir vienreiz redzēt, nekā par to tūkstošiem reižu dzirdēt, – ar šādu skaistu citātu mana ģimene, vecvecāki un tēta abas māsas ar ģimenēm sākām garo ceļojumu uz apburošo Polijas pilsētu Zakopani!

Šogad gribējām kaut kā īpaši nosvinēt vasaras saulgriežus, un radās doma doties visiem kopīgā ceļojumā, jo bijām daudzas reizes dzirdējuši, ka Zakopane ir pati skaistākā vieta pasaulē un tur noteikti ir vērts kaut reizi dzīvē pabūt! Tā nu mēs, četras ģimenes, devāmies 15 stundu garā ceļojumā ar mašīnām cauri visai Latvijai, Lietuvai un Polijai. Kad atbraucām uz Zakopani, pilsēta mūs lutināja ar lieliskiem laikapstākļiem visu nedēļu! Un visi nopirktie lietusmēteļi nebija vajadzīgi.

Mūsu ceļojuma mērķis bija ieraudzīt skaistos Tatra kalnus, nobaudīt poļu tradicionālos ēdienus un vienkārši atpūties! Pirmajā ceļojuma dienā devāmies nelielā gājienā līdz skaistajam ūdenskritumam, līdz kuram ar kājām bija jāmēro trīs kilometri. Pusceļā jau gribējās apstāties un iet atpakaļ uz mašīnu, bet, kad pavērās skats uz kalniem, parādījās motivācija iet līdz galapunktam, kur mūs sagaidīja brīnumainais ūdenskritums. Un atpakaļceļā jau bija vieglāk doties uz mašīnu, jo pie izejas mūs gaidīja saldējuma bodīte!

Tad mēs apmeklējām arī termālos baseinus, kas bija pats labākais dzīves *relakss*. Kaut ko tādu es biju baudījusi tikai un vienīgi Turcijā!

Nākamajā dienā, kas bija Jāņi, mēs svinējām mana vectēva Jāņa vārdadienu. Devāmies uz Zakopanes galveno ieliņu, kur apmeklējām arī papagaiļu māju un peļu pili! Papagaiļu

mājā ekskursantiem ir iespēja pabarot un arī paglaudīt vairāk nekā 70 šķirņu papagaiļus, savukārt peļu pils ietver slēpošanas trasi, jauku restorānu un foršu kosmosa kuģi, kurā dzīvo peles citplanētieši, un tā ir tikai maza daļiņa no tā, ko piedāvā peļu pils. Protams, peļu pili ir arī daudz īstu peļu, tāpēc tiem, kuri ar šiem grauzējiem ir uz 'jūs', labāk turp nedoties. Pēc šo objektu apskates ar funikulieri uzbraucām Tatra kalnā, kur varējām vērot burvīgo skatu uz visu Poliju, silto tēju un rodeļu trasi! Tad mēs devāmies uz vienu no pasaules brīnumiem – lielāko un visvairāk apmeklētāko ezeru Tatra *Morskie Oko*! Uz turieni braucām ar zirgu pajūgu, bet atpakaļ es sevi izaicināju un līdz stāvvietai no *Morskie Oko* gāju ar kājām kopā ar krustmāti, onkuli, mammu un tēti. Bija karsti, grūti, bet mēs to izdarījām!

Pēdējo ceļojuma dienu mēs pavadījām atrakciju parkā "Energylandia", kur izbaudījām amerikāņu kalniņus, brīvo kritienu, lēcienus ar gumiju, akvaparku un visu, ko tik liela un maza cilvēka sirds varētu kārot!

Šis bija pats labākais ģimenes ceļojums, kāds vien varētu būt! Par viesnīcu mēs bijām padomājuši jau laikus – rezervējām jau martā, tādēļ tā bija par sakarīgu cenu. Ieteikums, – dodoties uz Poliju, noteikti visa nauda ir jāmaina uz poļu zlotiem, jo eiro reti kur pieņem, savukārt laikapstākļi ir atkarīgi no gadalaika, kurā ceļo!

Šī ceļojuma pēcgārša manī ir vēl joprojām! Poļu gardo gulašzupu, kā arī kartupeļu pankūkas ar gaļu un sīpoliem es neaizmirsīšu nekad! Noteikti ceļosim uz Poliju vēl daudzas reizes! Un citiem iesakām tur doties atpūsties!

ELĪZA PUŽULE



Foto - no personīgā arhīva

**Brauciet uz Poliju!** Skaista daba, gards ēdiens, sirsnīgi cilvēki un neskaitāmas izklaides iespējas ģimenēm ar bērniem, tas viss – Zakopanē.

## No Rēzeknes uz Rāznu? Kājām var aiziet!

Vienmēr esmu skatījusies filmas par pārgājieniem, lasījusi Z.Eniņas ceļojumu blogus, sekojusi "Facebook" ierakstiem par tuviem un tāliem gājieniem, līdz kādā brīdī sapratu: "Stop! Kāpēc izdzīvot svešus sapņus, ja var tos padarīt par savējiem?" Vēlētos iedrošināt arī citus pamēģināt izbaudīt iešanas prieku! Lūk, te būs mani ieteikumi!

➤ **Sāc ar maziem pārgājieniem!** Ierastā dzīvesvieta var sniegt jaunas emocijas un iespaidus, ja atraujies no auto stūres un izvēlies iešanai mazāk zināmus ceļus un celiņus, turklāt tā var ļoti izpētīt arī savas fiziskās iespēju robežas un izziņāt savu komforta sliekšni. Mana draudzene labi zina, kad noiet 2 km, jo iedur sāpe konkrētā muguras punktā, bet, tālāk ejot, nesāp nekas!

➤ **Izvēlies labus apavus!** Ir vērts ieguldīt, lai kājas nesamirktu vai ziemā neslidētu, vai vasarā pārāk nesvīstu. Garākos pārgājienu noteikti noderēs otrs apavu pāris, lai kājas var atpūtināt. Ir tik sāpīgi skatīties uz otra tulznām... Apaviem nav obligāti jābūt ļoti dārgiem, – man der populāri un demokrātiski zīmoli, tikai jāizvēlas sev piemērots modelis. Dēļ ir aizrāvies ar tā dēvētajiem baskāju apaviem, kuru ideja ir maksimāli sajūt pamatu, tiem nav supinatoru, zole ir plakana. Ja patīk un ir ērti, kāpēc ne?!

➤ **Izvēlies, ar ko dosies kopā!** Esmu piedalījusies arī vairākos grupu pārgājienos, svētkoļojumā, – parasti tie ir lieliski organizēti, piedāvā gan kopzupas ēšanu, gan kultūrvietu apmeklējumu, gan citus labumus. Pārgājieni ir iespēja atpūsties no sabiedrības, jo ikdienā strādāju ar ļoti daudz cilvēkiem. Man tomēr vajag iespēju apstāties un saplūkt Islandes ķērpī tējai, noskatīties putna lidojumā vai vienkārši saelpoties vīģriežu smaržu saules sasilušā pļavā. Filmās skaisti izskatās solo gājieni, bet man tomēr patīk būt ar kādu kopā. Parasti eju divatā ar kādu draudzeni vai dēlu, jo mums sakrīt temps, intereses un varam kopā lieliski paklusēt, lai katrs izdomātu savas domas.

➤ **Plāno!** Pirms ceļojuma ir tik skaisti plānošanas posms, kad, ziemas vējam vēlā pievakarē gaudojot aiz loga, ienirsti "Google maps" ceļu un neceļu kartēs. Latvijā ir tik daudz labi izstrādātu maršrutu kā Jūrtaka, Ezertaka u.c. Man pašai vislielāko piedzīvojumu dāvājis iešana gar jūru. Šķiet, kas tur – ej pa smilšu liedagu, bet ceļā sastopamas upes un upītes, randu pļavas, vienā brīdī pat priekšā iznāk karavīrs un pavēsti, ka te notiek praktiskās šaušanas mācības! Mūsu dēļ armijas vīri sarīkoja pauzi savās nodarbēs, konvojiski vērojot, kā mēs pa tām smiltīm aizcilpojam, ka noput vien! Kilometrs pēc kilometra, un prāts iegūst meditativu mieru. Eju priekam,

nevis izturībai, tāpēc mans komforta sliekšnis beidzas pie 30 km, – vairāk dienai neplānoju. Man ļoti patīk sabiedriskais transports, saplānot pārsēšanās laikus, kombinēt vilcienu un autobusu maršrutus. Latvijā ir vietas, piemēram, Lietuvas pierobežā, kur sabiedriskais autobuss jāpasūta diennakti iepriekš, un tad tas brauc tikai tevis dēļ un nogādā vajadzīgajā ciematīņā! Tas viss par parastās biļetes cenu! Ekskluzīvi, vai ne?

Protams, ir skumji vērot pamestas mājas, mazos ciematīņus bez veikaliem, aptiekām, stihiskas atkritumu izgāztuves... Bet arī tā ir mūsu sabiedrības seja, kas liek pārvērtēt pašam savus dzīves principus.

➤ **Saliec mugursomu!** Tajā noteikti liekams telefons, jo ne visur ir skaidrs ceļa marķējums, kāda *poverbanka*, plāksteri pret tulznām, leikoplasts, ja nav drošības par apaviem, saules aizsargkrēms, ūdens un vēlreiz ūdens, pārtika. Noteikti iepriecinās kāds kārums enerģijai, var iegādāties speciālās enerģijas želejas, bet man parasti pietiek ar kādu proteīna batoniņu vai veco labo *snikeriņu*. Drēbju daudz nevajag, bet jāparedz arī mainīgi laikapstākļi. Man ļoti tik iet tieši neliela lietussaitis, jo tad ir tik viegli elpot! Es neņem līdzi telti, jo patīk gulēt gultā, ja ir iespēja nomazgāties, jo vairāk jau tādām soļotājam nevajag. Ja vēl izdodas sarunāt brokastis, vispār izcili! Ja gadījumā vairākdienu pārgājiena ceļš iet caur apdzīvotu vietu, kurā nokļūsti vakarpusē, kad veikali ciet, padoms – aizsūtiet savas mantas uz vietējo pakomātu!

➤ **Ko paņēmi, to aiznes!** Ir ļoti svarīgi pēc sevis visu atstāt sakoptu un bez atkritumiem. Skaistās dabas vietās nav jāmetējas konservu bundžām vai plastmasas pudelēm! Soļotājam parasti visi produkti ir ļoti kompakti, bez liekiem iepakojumiem. Ko es ēdu? Tūristu brokastīm vai banālajai desai pēc desmit kilometriem atveras jaunas garšas nianses, – pārbaudīts!

➤ **Esi gatavs pārsteigumiem un jaukiem cilvēkiem!** Nogaršo vietējo ēdienu. Piemēram, kā būt Liepājā un nepagaršot slavenos mencīņus? Ceļā esmu satikusi daudz jauku cilvēku. Tik ļoti atplaukst tantiņa, kura kopj puķītes ar krucifiksu, kad tai padod labdienu un pirmij kādu vārdu. Mazo viesnīciņu, naktsmāju īpašnieki ir pati sirsnība un laipnība. Visjaukākās atmiņas ir par nakšņošanu Ziemupē, Zajkalnu mājās, kur sajūtāties kā ģimenes locekļi. Sveicieni Raitai un Arvidam!

➤ **Uzdrikties!** Viedtelefonā mēs pavadām nepiedodami daudz laika, skrullējam mini video, skatāmies foto, lasām, ko vajag un nevajag. Paiet viena stunda, otra... Bet zini, nepilnās četrās stundās no Rēzeknes uz Rāznu kājām



Foto - no personīgā arhīva

**Ceļā uz Rāznu.** Foto tapa pie tradicionāla pārgājēju takas marķējuma, kas domāts, lai ceļotājs neapmaldās.

var aiziet! Vienā sestdienas pēcpusdienā, iemetuši somā pāris pudeles ūdens un drusku šokolādes un sekojot Ezertakas norādēm, aizgājām pa baltiem grantsceļiem, mazām meža taciņām, taciņu suņuburkšķu laukā, caur zirgu un govju ganāmpulkiem, līdz nonācām pie Rāznas liča! Pelde nopelnīta! Darba datora ekrāntapetē man ir foto no vasaras pārgājieniem. Paskatos un uz mirkli atceros, kā smaržoja pūpoli pavasara jūrmalā, kā krāšņojās ziedošā pļava, kā šalca vējš ezera niedrēs, kā rindojās sēnes sūnās, kā blakus soļoja īsts domubiedrs, kā smeldza potītes un tomēr bija tik viegli ap sirdi! Neatlieciet savus sapņus!

INDRA GAILĪTE  
Sagatavoja S.Gugāne

## Svarcelšana

## Godalgas Balvos un Dobelē



**Cīnās dāmas un vīri!** Vjačeslava Kirjanova piemiņas turnīrā startēja septiņas komandas – bez Balvu Sporta skolas arī Daugavpils, Ludza, kā arī pa divām komandām no Igaunijas (Tartu un Albu pilsētām) un Lietuvas (Panevėžys un Rokiškis pilsētām). Komandu vērtējumā laurus plūca Latvija: 3.vietu izcīnīja Ludza, 2.vietu – Daugavpils, bet 1.vietu – Balvu Sporta skolas svarcēlāju komanda! Augšējā attēlā redzamas visas dāmas, kuras startēja turnīrā (no kreisās puses ceturta – Elizabete Žerdiņa, piektā – Loreta Ciukore). Savukārt otrajā attēlā redzama Balvu Sporta skolas zēnu komanda: pirmajā rindā no labās puses – Raivo Keišs, treneris Varis Sārtaputnis un Maksims Bistrovs; otrajā rindā no kreisās puses – Edijs Keišs, Raivo Nāgels un Renats Bistrovs.

**Aizvadītajā mēnesī Balvu Sporta skolas jaunie svarcēlāji piedalījās sacensībās pašmājās un Zemgales pilsētā Dobelē, izcīnot visa kaluma medaļas.**

No 12. līdz 14. jūlijam Dobelē notika Latvijas junioru "U-20" čempionāts. Svara kategorijā līdz 45 kg Antons Bušs izcīnīja 2.vietu, Raivo Nāgels līdz 96 kg – 2.vietu, bet Maksims Bistrovs svara kategorijā "+96 kg" – arī 2.vietu. Tikmēr dāmu konkurencē svara kategorijā līdz 55 kg Loreta Ciukore ieguva zelta medaļu un 1.vietu.

Savukārt no 19. līdz 21. jūlijam Balvu pilsētas stadionā notika 15. Vjačeslava Kirjanova piemiņas turnīrs. Vecuma grupā "U-11" meitenēm L.Ciukore izcīnīja 1.vietu, bet Elizabete Žerdiņa vecuma grupā "U-20" – 3.vietu. Godalgas neizpalika arī zēniem. Vecuma grupā "U-13" Renats Bistrovs ierindojās bronzas medaļas vērtajā 3.vietā, bet R.Nāgels palika nepārspēts un ieguva 1.vietu vecuma grupā "U-17".

Jāpiebilst, ka V.Kirjanova piemiņas turnīrā kopumā piedalījās vairāk nekā 80 sportisti. Arī konkurence bija ļoti sīva.



Piemēram, kā pastāstīja Balvu Sporta skolas svarcēlāju treneris Varis Sārtaputnis, meitenēm izveidojās pat situācija, kad trīs sportistēm pēc Sinklera punktu tabulas (paceltais svars pret personīgo svaru) bija vienāds punktu skaits. Sīvas cīņas bija arī zēnu starpā. Savukārt V.Kirjanovs, kuram veltīts šis turnīrs, bija balvenietis, kurš savulaik kopā ar saviem kolēģiem lika pamatus svarcelšanai mūsu pilsētā. Piemiņas turnīrā ieradās arī V.Kirjanova sieva, meita un mazmeita.

## Vecmeistariem seši čempionu tituli

## Startē Latvijas un Baltijas čempionātos

**27. un 28.jūlijā Valmierā notika 11.Baltijas valstu čempionāts un 10.Latvijas čempionāts vieglatlētiskā vecmeistariem, kopumā pulcējot 400 spēcīgākos dažāda vecuma sportistus.**

Balvu novadu pārstāvēja pieci sporta veterāni, kuri labākos sasniegumus guva Latvijas čempionātā. Vecuma grupā "70+" Ēriks Apšenieks izcīnīja 1.vietu 100 un 200 metru skriešanas disciplīnās, bet 400 metros ieguva sudraba medaļas vērtu 2.vietu. Jānis Strapcāns ierindojās 4.vietā diska mešanā, bet

lodes grūšanā kāpa uz goda pjedestāla, izcīnot 3.vietu. Vecuma grupā "60+" Andrim Spridzānam 1.vieta šķēpa, diska un smaguma mešanā, bet lodes grūšanā – 3.vieta. Inārs Supe ieguva 2.vietu 200 metru skriešanā un 3.vietu 400 metru skriešanā. Tikmēr Egons Lācis vecuma grupā "40+" ar rezultātu 13,29 metri pārliecinoši uzvarēja lodes grūšanā, kā arī izcīnīja 3.vietu diska mešanā. Komandu kopvērtējumā kungi no Balvu novada, sacensībās iegūstot sešus čempionu titulus, ierindojās 10.vietā.

Baltijas valstu čempionātā Ē.Apšeniekam trīs bronzas

medaļas – 100, 200 un 400 metru skriešanas disciplīnās. I.Supe ieguva sudraba medaļu 200 metru skriešanā un 5.vietu 400 metru skriešanā. A.Spridzāns izcīnīja sudraba medaļu diska mešanā, divas ceturtais vietas šķēpa un smaguma mešanā, bet lodes grūšanā ierindojās 7.vietā. Savukārt J.Strapcāns ieguva 4.vietu lodes grūšanā un 5.vietu diska mešanā. Jāpiebilst, ka šajās sacensībās viskuplāk bija pārstāvēta Latvija un Igaunija (122 sportisti), kā arī Lietuva (28 sportisti). Tāpat čempionātā piedalījās seši vecmeistari no Somijas, trīs – no Ukrainas un viens Alžīrijas pārstāvis.

## Īsumā

## Atjauno grīdas segumu

**Balvu sākumskolas sporta zālē noslēgušies grīdas seguma atjaunošanas darbi, ko turpmāk varēs novērtēt ne tikai ikviens izglītības iestādes skolēns, bet arī dažādu sporta spēļu dalībnieki no Balvu un citiem novadiem.**

Balvu sākumskolas direktore Larisa Krištopanova stāsta, ka remontstrādnieki visu esošo grīdas segumu noslīpēja, pēc kā tas, atbilstoši vajadzībām, tika divkārt nokrāsots, nolakots un savilkta jaunās līnijas, lai sporta zāle būtu piemērota ne tikai dažādām ikdienas fiziskām aktivitātēm, bet arī futbola, basketbola, volejbola un rokasbumbas sacensību aizvadišanai. Savukārt vienviet grīdas segums nomainīts pilnībā, jo tas bija pārāk nolietojies. "Domāju, šobrīd droši var teikt, ka Balvu sākumskolas sporta zāle ir viena no labākajām visā novadā. Turklāt šobrīd tajā jau darbojas un grīdas seguma lielisko kvalitāti novērtē Ivetas Kacēnas vadītās Balvu Sporta skolas bērnu nometnes dalībnieki. Ļoti pateicos ikvienam, kurš iesaistījās šajos darbos – tajā skaitā pašvaldībai, kas rada iespēju atjaunot sporta zāles grīdas segumu, un "Ziemeļlatgales Sporta centra" vadītājam Arnim Voikam, kurš uzņēmās lielu lomu, lai grīdas seguma atjaunošana vispār tiktu realizēta," gandarīta ir L.Krištopanova.

Jāpiebilst, ka remontdarbi tika finansēti no Balvu novada pašvaldības budžeta.

## Svaru stieņa spiešana guļus

## Zelta, sudraba un bronzas medaļas

**Aizvadīts 2024.gada Rembates čempionāts spiešanā guļus Valda Alksniša piemiņai.**

Sacensībās lielisku sniegumu nodemonstrēja arī Balvu novada sportisti (attēlā). Grupā "Jaunieši" Aleksejs Kuzņecovs svara kategorijā līdz 74 kg izcīnīja 1.vietu (rezultāts – 100 kg). Konstantīns Kuzņecovs kategorijā "Seniors 1" (līdz 93 kg) ieguva 1.vietu (rezultāts – 165 kg). K.Kuzņecovam šajā pašā kategorijā 1.vieta arī absolūtajā vērtējumā. Kategorijā "Seniors 2" Igors Aleksejevs (līdz 74 kg) ieguva 2.vietu (rezultāts – 115 kg), Andris Aleksejevs (līdz 83 kg) – 3.vietu (rezultāts – 85 kg), Ilmārs Buliņš (līdz 93 kg) – 2.vietu (rezultāts – 115kg), Sergejs Sņegovs (līdz 105 kg) – 1.vietu (rezultāts 160 kg), Raimonds Celmiņš (+120 kg) – 1.vietu (rezultāts – 160 kg). Jāpiebilst, ka S.Sņegovs šajā pašā kategorijā izcīnīja 1.vietu arī absolūtajā vērtējumā. Savukārt komandu vērtējumā Balvu novada sportisti 13 vienību konkurencē ieguva augsto 5.vietu.

## Nepalaid garām!

10.augustā pie Balvu Valsts ģimnāzijas notiks Balvu novada atklātās sporta spēles cilvēkiem ar īpašām vajadzībām. To dalībnieki sacentīsies astoņos sporta veidos – šautriņu mešanā, basketbola soda metienos, zābaka mešanā tālumā, figūrbraukšanā ar ratiņkrēslu un bumbas vešanu klēpī, šāvienos mērķi ar pneimatisko šauteni, novusā, stafetē un

Boccia (bumbu ripināšanas sporta spēle). Parādītais sniegums tiks vērtēts gan individuāli, gan arī starp komandām. Protams, neizpaliks arī sporta spēļu dalībnieku apbalvošana.

Sporta spēles organizē Balvu novada pašvaldība un "Ziemeļlatgales Sporta centrs" sadarbībā ar Balvu Teritoriālo invalīdu biedrību. Galvenais tiesnesis – Arnis Voika (tāl.: 29432008).

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

## Viedoklis

## Nevēlas nevienu pazemot

Edgars Gabranovs

25.jūlija Balvu novada domes sēdē deputāti akceptēja lēmumprojektu nodot atsavināšanai nekustamo īpašumu "Pauguri" Kubulu pagastā, kas sastāv no vienas zemes vienības 3,93 ha platībā. Debatēs izskanēja mūspusē pazīstamā uzņēmēja Tāļa Korlaša vārds. Lūgts raksturot izveidojušos situāciju, SIA "Tako SD" valdes priekšsēdētājs vārdos un emocijās ir skarbs, uzsverot, ka Balvu novadā uzņēmējdarbība nav augstā vērtē.

**Sabiedrībā Jūs pazīst kā uzņēmēju, kurš nekad neatsaka palīdzību, tostarp nodarbojas ar labdarību.**

– Esmu uzņēmējs ar prāvu darba pieredzi. SIA "TAKO SD" reģistrēju 2008.gadā un savulaik mans mērķis bija izveidot spēcīgu uzņēmumu, kas jebkādos ekonomiskajos apstākļos varētu ne tikai izdzīvot, bet arī attīstīties, kas arī ir izdevies. Savu uzņēmējdarbību attīstīju Balvu novadā, jo no matu galiņiem līdz papēžiem esmu savas dzimtas puses patriots. Zinu, ka cilvēkiem Latgalē neklājas viegli. Arī vairums uzņēmēju balansē uz izdzīvošanas robežas, turklāt daļa arī spiesti pārtraukt savu darbošanos, tā arī nerealizējot savu sapni. Iemesls ir ne tikai nodokļu slogs un birokrātiskās prasības, kuras uzņēmējam nav pa spēkam izpildīt, bet arī nesakārtotā biznesa vide, pilnīga neieinteresētība vai pat ignorance no vietējās varas pārstāvju puses.

Esmu labi pazīstams ar daudziem mūsu novada uzņēmējiem, dzirdu viņu problēmas un arī viedokli par tematu "atbalsts vietējam uzņēmējam". Praktiski visi, ar kuriem komunicēju, saka, ka sarīkot balli reizi gadā, pasniegt diplomu vai suvenīru, noorganizēt kādu semināru, tas vēl tālu nav tas atbalsts, ko gaida uzņēmēji. Par atbalstu varētu runāt tad, ja uzņēmējs, sastopoties ar kādu problēmu savā biznesā, varētu saņemt profesionālu konsultāciju, ieinteresētu attieksmi, ja būtu reāla palīdzība no attiecīgo speciālistu puses, savlaicīgs informatīvais nodrošinājums gan par izmaiņām likumdošanā, gan vietējo pārvaldes institūciju izdotajos normatīvajos dokumentos. Nezinu, cik aktuāli tas ir citos novados, mūsu novadā ar uzņēmējdarbības atbalstu neveicas. Pat komisija, kas ar domes lēmumu bija izveidota uzņēmējdarbības atbalstam, jau ir nolikvidēta! Uzņēmējam atliek pašlaik tikai uz saviem spēkiem. Tā arī es darbojos. Izmēģinu, eksperimentēju, riskēju, mācos, plānoju un atkal strādāju.

Jā, man patiešām ir liela vēlšanās palīdzēt līdzcilvēkiem. Kāpēc lai es to nedarītu, ja, paldies Dievam, varu atļauties. Kāds teiks, ka tā ir zīmēšanās vai punktu vākšana vēlēšanām. Nē, tā ir iekšēja nepieciešamība izdarīt kaut ko labu citiem, ja varu atļauties no saviem resursiem. Man tas sagādā prieku un gandarījumu. Un esmu pārliecināts, ka tas, ko atdod citam, ar uzviju atgriezīsies tev atpakaļ. Tas ir svētīgs process! Dažkārt gan nodomāju, diezin ko mūsu vietējās varas pārstāvji, deputāti, priekšnieki ir ziedojuši? Kaut kā nedzird.

Lepojos ar to, ka esmu PII "Sienāzītis" krusttēvs. Katru gadu cenšos sarūpēt kādas dāvanas bērnodaržam, kas ir nepieciešamas gan izglītības procesam, gan drošai un veselīgai atpūtai un spēlēm – uzstādītas vairākas šūpoles, galdi ar krēsliem u.c. Esmu atbalstījis arī Bērzkalnes bērnodaržu, Balvu sākumskolu, Balvu Valsts ģimnāziju, katru gadu iesaistos arī dažādos citos labdarības projektos, kur tiek atbalstīti bērniņi no dažādām ģimenēm.

Cenšos iepriecināt arī sirmgalvjus Balvu pansionātā, aizvedot svētkos kādu gardumu. Ik gadu piedalos akcijā "Sasildi pēdiņas".

**Kāpēc šis lēmumprojekts Jums ir tik būtisks?**

– Kā jau minēju, mana vēlme vienmēr bijusi izveidot stabili uzņēmumu, tāpēc regulāri interesējos un analizēju jaunus piedāvājumus, izvērtēju jaunas iespējas sava biznesa paplašināšanai. Tāda, manuprāt, perspektīva iespēja radās 2014.gadā, kad mana kaimiņiene, nespējama apsaimniekot un nokārtot dokumentus uz savu gandrīz 4 ha lielo zemes gabalu, bija piekritusi man pārdot šo īpašumu. Dzīvoja viņa pansionātā, neviens radnieks ne par viņu, ne par viņas īpašumu neizrādīja ne mazāko interesi, un es biju ar mieru uz šīs zemes attīstīt lauksaimniecisko uzņēmējdarbības virzienu. Iesniedzu Balvu novada domei iesniegumu par īpašuma atsavināšanu, kuru dome skatīja vairāk nekā pusgadu, jo, kā zināms, daži speciālisti šajā iestādē nav apveltīti ar īpašību raiti virzīt jautājumu risināšanu. Šoreiz ar tik kūtru pieeju izcēlās viena no darbiniecēm (uzvārdu šeit gan negribas minēt). Iespējams, ka arī gadi dara savu! Diemžēl tajā laikā zemes lietotāja pansionātā nomira un es vairs nevarēju iegādāties zemi savā īpašumā. Atkal griezās domē ar lūgumu iznomāt šo zemi, jo nevarēju noskatīties uz neko, novārtā atstāto īpašumu, aizaugušu ar dadziem, krūmiem un kokiem, kas robežojās ar manu īpašumu. 2015.gada aprīlī Balvu novada pašvaldība man iznomāja šo zemi uz 10 gadiem. Līgums beigsies 2025.gada 29.martā. Ieguvis nomas tiesības, sāku iekopt zemi, ieguldīju lielus finanšu līdzekļus, milzīgu darbu, lai to patiešām varētu uzskatīt par lauksaimniecībā izmantojamo zemi. Tad pavērās iespēja uzrakstīt un iesniegt LAD projektu, kurš tika atbalstīts. Realizējot projektu, 1,8 ha lielā platībā iestādīju upenes un avenas. Tikai tiem, kuri strādā ar zemi, ir zināms, cik pūļu prasa šo kultūru ieaudzēšana, kopšana, ogu novākšana. Bet es to darīju ar prieku, azartu un domu, ka darbs atalgosies. Kādu dienu (ši gada sākumā) pie mana īpašuma redzēju piebraucam domes mašīnu, no kuras izkāpa pašvaldības darbinieki. Tad arī uzzināju, ka uz manu iekopto ogulāju lauku kāds ir uzlicis aci. Izrādās, ka manai bijušajai kaimiņienei pēkšņi ir uzradusies *krustmeita*, kura jau ir pat atguvusi mantojumā avārijas stāvoklī esošo mājiņu un saimniecības ēku. Un paspējusi arī informēt pašvaldību par nolūku atgūt manis iekopto zemi sev īpašumā. Cik esmu konsultējies ar šo likumu pārzinātājiem, zemi šī kundze mantojuma ceļā nevar atgūt, jo zemes reforma jau beigusies 2012.gadā. Viņa vienīgi var pretendēt uz pieguļošo teritoriju, uz ko tiesības ir arī man, jo manam īpašumam tā arī ir pieguļoša. Nebrīnos par šīs pēkšņi uzradušās mantinieces vēlmi atgūt šo sakopto un labi apsaimniekoto zemi, bet brīnos par mūsu Balvu pašvaldības vadības nespēju izsvērti iedziļināties situācijā, kurā abpusēji pieņemamu risinājumu var nodrošināt tikai pašvaldības vadības nostāja un deputātu balsojums. Tā vietā, lai jautājumu izskatītu pēc būtības, lai informētu nomnieku par iespējamo mantinieces nodomu atgūt zemi, uzņēmējs par to netiek informēts, kaut gan nomas līguma nosacījumi to paredz un tas līgumā arī ir atrunāts. Vai esmu kļūdījies? Savu kļūdu atzīstu tikai vienā – pārāk akli ticēju pašvaldības lēmumiem, bet, kā izrādās, tā ir institūcija, uz kuru pašlaik nevar! Tās lēmumi, kā daudzkārt redzam, ir nulles vērtē!

Mantinieces iesniegumu operatīvi izskatīja



**Tālis Korlašs.** Lūgts uzrunāt novada ļaudis, uzņēmējs lietišķi noteica: "Lai visiem miers ģimenēs un virs zemes!"

komitejas sēdē. Par manu iesniegumu domei, lai pagarinātu zemes nomas līgumu, deputāti informēti netika. Komitejas sēdē, kuru vadīja S.Kapteine, tika noklusēts arī par radušos konfliktsituāciju, kur uz vienu zemes gabalu pretendēja divi pretendenti – viens uzņēmējs, kurš šo zemi iekopis, labiekārtojis un uzturējis turpat 10 gadus, un otrs, kurš tikai grib par velti atgūt zemi savā īpašumā. Uz manu jautājumu jau pēc komitejas sēdes Kapteines kundzei, kāpēc komitejas sēdē deputātiem netika sniegta pilna informācija par radušos konfliktu, viņa vizdegunīgi atbildēja: "Man deputātiem nekas nav jāstāsta!" Kuriozāku atbildi no amatpersonas neesmu saņēmis.

**Kādus secinājumus izdarījat pēc deputātu balsojuma?**

– Nenoliedzami, man šī lēmumprojekta virzība un izskatīšana domes sēdē bija ļoti svarīga. Zemes nomas tiesību nepagarināšana pārvelk svitru manām pūlēm, manam ieguldītajam darbam, nākotnes plāniem kā uzņēmējam. Apbēdina tas, ka velti ieguldīti lieli, pirmkārt, jau savi personīgie finanšu līdzekļi, arī projekta finansējums 15 000 eiro apmērā. Otrkārt, sāku saskatīt arī sava darba augļus – ogulāji jau ražo vērtīgās ogas. Turklāt man nav mazsvarīgi, kas notiks ar šo iekopto teritoriju nākotnē. Vai atkal tiks aizlaista un augs dadži? Zīmīgi, ka par to, kādi ir mantinieces plāni zemes apsaimniekošanā, nevienam deputātam domes sēdē tā arī neienāca prātā pajautāt! Deputātu balsojums mani īpaši nepārsteidza. Vēl jo vairāk tāpēc, ka deputātiem nebija laika domes sēdē līdz galam iedziļināties jautājuma būtībā. Parasti tādi sarežģīti jautājumi pie citiem pašvaldības vadītājiem tika izdiskutēti komiteju sēdēs, un tāda kārtība pašvaldībās parasti arī ir. Taču tas tā nav šī deputātu sasaukumā. Tie, kuri sekoja līdz domes sēdei, kurā izskatīja jautājumu par zemes atsavināšanu par labu nekustamā īpašuma mantiniecei, bija ievērojuši, ka visa informācija no pašvaldības vadības un speciālistu puses bija *vienos vārtos*. Pēc balsojuma varēja saprast, ka lielākajai daļai deputātu ir pavisam vienaldzīga uzņēmēja situācija. Cieņu un pateicību ir pelnījuši tie divi deputāti – S.Pavlovska un E.Salmanis, kuri atturējās jautājuma izlemšanā, jo informācija no ziņotāja puses patiešām tika pasniegta ļoti vienpusēji. Tomēr varu būt lepns par to, ka mana jurista vēstule, kura tika aizsūtīta visiem deputātiem personīgi, tik ļoti sarosīja pašvaldības vadītāja vietnieci, ka nekavējoši tika

pieņemts lēmums domes sēdē gatavot īpašu prezentāciju, ko nekustamo īpašumu speciāliste arī centīgi bija paveikusi. Tā ir zināma veida goda izrādīšana arī man! Nu paldies, paldies! Ar nožēlu gan jāatzīst, ka šis mans jautājums nav ne pirmais, ne arī pēdējais, kura iznākumu nosaka pašvaldības vadība. Ja pirms gada vēl varēja just viena otra pieredzējušā deputāta principiālāku nostāju lēmumu pieņemšanā, tad šobrīd arī tie nosacīti drosmīgie ir pieklusuši. Gan jau zina, par ko un kāpēc.

**Cik profesionāli vai neprofesionāli, Jūsuprāt, strādā mūsu novada izpildvara un lēmējvara?**

– Atceros tos spārnotos saukļus, ar kuriem "Latgales partija" reklamējās 2021.gada pašvaldību vēlēšanās. Uz profesionalitāti un kompetenci tika likts īpašs uzsvars. Taču, formējot savu komandu, manuprāt, priekšsēdētājs izvīzēja jau citus kritērijus. Domāju, ka pirmsvēlēšanu periodā nospraustie mērķi nav sasniegti ne pārvaldes, ne izpildvaras līmenī. Arī pats priekšsēdētājs Maksimova kungs, cik dzirdu no iedzīvotājiem, kuri balsoja par viņa partiju, nav attaisnojis vēlēšanu cerības. Uzskatu, ka vadītājam ir jābūt godīgam un taisnīgam, nebaidīties pašam pieņemt lēmumus, nevis atbildību uzvelt citiem. Arī manā jautājumā. Vēlējos, lai vadītājs parāda savu attieksmi, jo izpilddirektore jau bija vienpersoniski pieņēmusi lēmumu, ka man nomas līgums vairs netiks pagarināts, kaut gan viņai tādu tiesību nebija. Šo jautājumu tiesīga izlemt tikai dome. Tātad izpilddirektore nezina savas tiesības un pienākumus! Lai man piedod priekšsēdētājs par atklātumu, bet labāk no vadītāja ir dzirdēt rūgtu patiesību, nevis saldus melus. Šoreiz tā salduma bija par daudz. Vai te var runāt par profesionalismu?

**Publiski paziņojot, ka esat gatavs cīnīties par savu taisnību, neizsauksiet uguni uz sevi, savu ģimeni un biznesu?**

– Ņemot vērā to, ka neatradu dzirdīgas ausis pašvaldības vadības un deputātu vidū, esmu spiests griezties pēc palīdzības tiesā. Domes vadība man pārmet, kāpēc uz zemes, kas nomāta no pašvaldības, esmu sācis realizēt projektu? Jautājums ir vairāk nekā dīvains! Kāpēc tad man vajadzēja nomāt šo zemi - lai tā stāvētu atmatā? Turklāt es uzticējos pašvaldībai, ka efektīva projekta realizācijas periodā būs ieguvums ne tikai uzņēmējam, bet arī vietējai kopienai. Esmu dziļi vilējis pašvaldības darba stilā!

\*Turpinājums 15.lpp.

## Lepnums sportā

## Jo tālāk, jo labāk

Amanda Buklovskā

**JĀNIS DOKĀNS** no Balviem ir izcilības paraugs sportā. Viņš ir sporta skolotājs Rekasas vidusskolā, Balvu Sporta skolas slēpošanas treneris, kā arī čempions svarbumbu celšanā. Jānis ne tikai motivē un apmāca jaunus sportistus, bet arī pats demonstrē meistarību dažādos sporta veidos. Viņa neatlaidība un kaisle pret savu dzīves aicinājumu ir ļāvusi sasniegt ievērojamas virsotnes, kas kalpo par iedvesmas avotu gan viņa audzēkņiem, gan kolēģiem. Interesanti, ka arī Jāņa dvīņu brālis Ainārs Dokāns dzīvi velta sportam, strādājot Rugāju vidusskolā.

**Kā Jūs sākāt savu ceļu sportā? Kas iedvesmoja?**

– Jau skolas laikā man interesēja sports. Piedalījies dažādās fiziskās aktivitātēs un sporta sacensībās, kas palīdzēja attīstīt savas prasmes un iemīlēt sportu. Ar laiku šī aizrašanās kļuva par neatņemamu manas dzīves daļu. Pēc vidusskolas absolvēšanas kopā ar savu dvīņu brāli Aināru nolēmām iegūt izglītību sporta jomā un iestājāmies Daugavpils Universitātē, lai kļūtu par sporta skolotājiem. Šāds ceļš, sākot ar bērnības aizraušanos un beidzot ar profesionālu izglītību, ir veidojis mani par skolotāju un treneri, kāds esmu šodien.

**Kādi ir lielākie sasniegumi sportā līdz šim?**

– Katram svarbumbu celšājam ir sapnis izpildīt paredzētu kvalifikācijas normu, uzrādot attiecīgu rezultātu sacensībās, un kļūt par starptautiskās klases sporta meistaru. Šī gada 1. jūnijā to paveicu, sasniedzot vienu no nozīmīgākajiem mērķiem savā sporta karjerā. Tas ir rezultāts gadiem ilgam darbam, treniņiem un neatlaidībai. Papildus šim lieliskajam sasniegumam esmu vairākkārt piedalījies un guvis godalgotas vietas svarbumbu celšanas sacensībās gan vietējā, gan starptautiskā līmenī.

**Kāds ir ikdienas režīms?**

– Parasti tas ir diezgan daudzpusīgs. Vairāk vai mazāk sportoju, uzturot sevi labā fiziskā formā. Jāpiemin lauku darbi vasarā, kas ir kļuvuši gandrīz par hobiju. Tie palīdz uzturēt aktīvu dzīvesveidu un sniedz gandarījumu par paveikto darbu. Līdz 6. jūlijam gatavojos Baltijas čempionātam, kas nozīmēja intensīvus un obligātus treniņus. Gatavošanās periodā man bija stingrs grafiks. Atgriežoties ierastajā skolas gaitās, viss rit pēc plāna – dienas laikā strādāju ar skolēniem, pēc stundām veltu laiku sev, gatavojoties sacensībām. Sports ir neatņemama manas ikdienas daļa, vienmēr to cenšos iekļaut savā plānā, lai uzturētu augstu enerģijas līmeni.

**Kā pārvaldāt stresu un spriedzi?**

– Pārsteidzoši, bet stress pirms sacensībām vairs nav tik izteikts. Ar laiku un pieredzi esmu iemācījies tikt galā ar šīm sajūtām. Galvenais rūpīgi gatavoties un izvairīties no traumām vai saslimšanas. Kad zini, ka esi labi sagatavojies, stress mazinās. Tagad uz sacensībām dodos ar tādu pašu sajūtu, kā uz jebkuru citu pasākumu – mierīgi un koncentrēti. Gadu gaitā esmu attīstījis spēju fokusēties uz savu mērķi un ignorēt traucējošos faktorus.

**Kāds bijis lielākais izaicinājums, kā to pārvarējat?**

– Tas notika 2023. gada ziemā, piedaloties Latvijas čempionātā slēpošanā, kur man bija jāveic 30 kilometru distance Madonā, Smeceris silā. Šī distance bija kaut kas jauns, jo iepriekš nebiju slēpojis tik garu distanci, arī treniņos – nē. Man nebija informācijas par šiem 30 km, jo agrāk tādu nepiedāvāja. Pieredze daudz ko iemācīja par pašdisciplīnu, kā arī to, ka jābūt gatavam jebkuram pārsteigumam sacensībās. Distances pārvarēšana sniedza lielāku pārliecību par savām spējām.

**Kā sabalansējat profesionālo dzīvi ar personīgo?**

– Bieži vien jāziedo daļa ģimenes laika, lai tā būtu pietiekami daudz treniņiem, jo sacensību kalendārs bieži vien ietver sestdienas. Pārvaldot šo līdzsvaru, ir svarīgi plānot savu laiku. Cenšos būt organizēts, lai spētu sasaistīt gan treniņu grafiku, gan darbus laukos, kā arī ģimenes dzīvi. Dažreiz tas nozīmē, ka jāatliek noteikti darbi, atbilstoši sacensību grafikam. Balansēšana prasa elastību un pielāgošanās spējas, kā arī ģimenes atbalstu. Esmu pateicīgs, ka ir sapratne no mīļajiem, kas palīdz pārvarēt grūtības un turpināt sekmīgi attīstīt gan savu sporta karjeru, gan saglabāt ciešas ģimenes saites.

**Kā atpūšaties un atjaunojaties pēc intensīvas darba vai treniņu dienas?**

– Profesionāliem sportistiem atjaunošanās ietver rehabilitāciju, masāžas un konsultācijas ar ārstiem, bet amatiera līmeņa sportistam tas ir citādi. Jāteic, ka pievērsu uzmanību

dažiem aspektiem – cenšos pietiekami daudz gulēt, lai nodrošinātu ķermenim nepieciešamo miega daudzumu, regulāri pildu stiepšanās vingrinājumus, lai mazinātu muskuļu saspringumu un uzlabotu asinsriti, kā arī pavadu laiku ar saviem tuvajiem.

**Kā sadzīvo dvīņi, kuri abi nodarbojas ar sportu?**

– Tā ir īpaša un neizskaidrojama lieta. Viens otru nepārtraukti atbalstām un uzmuntrinām. Šī kopīgā aizrašanās ar sportu veido dziļāku saikni starp mums, līdz ar to varam dalīties gan ar sasniegumiem, gan izaicinājumiem. Kad viens no mums saskaras ar grūtībām vai nepieciešama motivācija, otrs ir vienmēr blakus, lai sniegtu iedrošinājumu.

**Kā viens otru atbalstāt?**

– Piemēram, treniņu laikā mēs dalāmies ar vārdiem: “Sāņemies, tad būs vieglāk”, kas palīdz saglabāt pozitīvu noskaņojumu un virzīties uz priekšu. Laikā, kad mēs mācījāmies augstskolā, trenējāmies kopā. Tas ļāva ne tikai dalīties ar pieredzi un stratēģijām, bet arī sniedza iespēju redzēt progresu. Tagad, kad katrs no mums trenējas atsevišķi, mēs joprojām cenšamies atbalstīt viens otru pēc iespējas vairāk. Piemēram, kad gatavojāmies Baltijas čempionātam, kopā devāmies uz Rugājiem, lai trenētos. Šie brīži ir nozīmīgi, jo varam dalīties ar savām izjūtām un pārdzīvojumiem.

**Nodarbojaties ar vienu un to pašu sporta veidu? Ja nē, kādi tie ir?**

– Abi nodarbojamies ar svarbumbu celšanu, kas ir mūsu aizraušāns. Es, piemēram, paralēli svarbumbu celšanai nodarbojos ar slēpošanu un rollerslēpošanu. Brālis koncentrējas tikai uz svarbumbu celšanu, kur var pilnībā attīstīt savas prasmes un sasniegt augstus rezultātus.

**Vai ir bijušas sacensības pret brāli?**

– Jā, tas ir vērojams skriešanas disciplīnās. Parasti skrienam kopā, uzturot vienu tempu, un cenšamies nebēgt viens no otra. Plašāka mēroga sacensībās nepiedalāmies kopā, tas vairāk vietēja mēroga līmenī. Katram no mums ir savi sacensību plāni un mērķi, un, piemēram, svarbumbu celšanā mēs sacenšamies startēt dažādās svara kategorijās.

**Kā Jūs motivējat skolēnus iesaistīties sporta nodarbībās un izbaudīt fiziskās aktivitātes?**

– Cenšos uzsvērt sporta ieguvumus ne tikai veselības uzlabošanā, bet arī vispusīgā attīstībā. Skaidroju, ka tas uzlabo enerģijas līmeni un veicina labāku garastāvokli. Papildus tam akcentēju, ka, aktīvi piedaloties sportā, skolēniem ir iespēja piedalīties dažādās sacensībās un pasākumos ārpus skolas. Dalība sacensībās ne tikai palīdz attīstīt sportiskās prasmes, bet arī veicina komandas garu un personisko izaugsmi. Galvenais ir radīt pozitīvu un atbalstošu vidi, kurā audzēkņi jūtas ieinteresēti un gatavi būt aktīvi.

**Kādi ir lielākie izaicinājumi, ar kuriem sastopaties kā sporta skolotājs?**

– Sarežģītāk ir motivēt skolēnus piedalīties sacensībās, īpaši, kad viņi sākotnēji nav izrādījuši vēlmi. Svarīgi pierunāt skolēnus, kuriem ir potenciāls, bet ir bažas piedalīties. Reizēm jāpieliek papildus pūles, lai palīdzētu viņiem saprast ieguvumus, kā arī sniegt atbalstu, lai justos pārliecinātāki. Bieži vērojama aizķeršanās ar tiem, kuri neizrāda vēlmi sportot un labprātāk izvēlas slinkot. Šādās situācijās jāatrod veidi, kā viņus iedvesmot. Piemēram, piedāvāt dinamiskas aktivitātes, kas varētu mainīt viņu attieksmi.

**Kādas īpašības uzskatāt par vissvarīgākajām, lai gūtu panākumus sportā?**

– Pirmkārt, fiziskā veselība, jo tā veido pamatu visam. Otrkārt, liels gribasspēks, lai pārvarētu grūtības un izaicinājumus. Treškārt, pašmotivācija. Ja sportists zina, kādi ir viņa mērķi un kāpēc viņš tos vēlas sasniegt, tas palīdz tiekties uz priekšu pat tad, kad ir izaicinājumiem bagāts ceļš. Ceturtkārt, vispusīga fiziskā attīstība. Visbeidzot, regulāri treniņi, kad panākumi tiek sasniegti tikai ar nepārtrauktu darbu un apņēmību.

**Kāds bijis neaizmirstamākais brīdis sporta karjerā?**

– 2008. gadā piedalījies sacensībās Smoļenskā, un tas bija viens no spilgtākajiem brīžiem manā sportista karjerā. Tā bija diena, kad startēju mazākā svara kategorijā, tādēļ bija jāievēro svara kontrole. Devāmies ceļā ar autobusu. Tas tik bija pārbaudījums, kad lielākā daļa pasažieru ēda, jo man tas bija atļauts tikai minimālā daudzumā. Atceros, kā skatījos uz viņiem, bet centos stingri pieturēties pie savas diētas. Pēc sacensībām jutu, ka ziedotie upuri bija tā vērti. Ieguvis 3. vietu garajā ciklā Pasaules čempionātā, jutu, ka visas manas pūles



Foto - no personīgā arhīva

**Mēs to varam, mēs to darām!** 2024. gada 6. jūlijā Baltijas čempionātā svarbumbu celšanā abi brāļi guva uzvaru (foto – no kreisās puses Jānis). Pēc intensīviem un kopīgiem treniņiem abi uzrādīja augstus rezultātus, turpinot iedvesmot apkārtējos ar savu degsmi arī vasarā.



**Kārtēja uzvara!** Pēc neatlaidīga un smaga darba Jānis plūc uzvaras laurus 2024. gada 1. jūnijā Starptautiskajā turnīrā Armijas raušanā, kļūstot par Starptautiskās klases sporta meistaru (SKSM).



Foto - no personīgā arhīva

**Pēc garās distances.** Katrs kilometrs ir kā ciņa ar sevi un apkārtējiem apstākļiem, veicinot garīgo izturību. 2023. gada Latvijas čempionātā slēpošanā 30 km garā distancē, kuru Jānis veica pirmo reizi, viņš ieguva godpilno trešo vietu.

un ierobežojumi ir atmaksājušies ar gūto medaļu.

**Kāda ir vislielākā mācība, ko esat guvis no kādas kļūdas?**

– Tas notika pirms 12-13 gadiem, kad piedalījies Baltijas čempionātā Rīgā. Atceros, ka bija ļoti karsts – vismaz 30 grādi. Trīs sportisti savstarpēji sacentās divciņā. Bija noteikts vingrinājuma izpildes laiks grūšanā – 10 minūtes, otrs uzdevums – raušana. Vēroju, ka dalībnieks no Lietuvas pirmo uzdevumu paveica ātrāk, neizmantojot visas 10 minūtes, un devās uz otro uzdevumu. To redzēdams, arī ātrāk pabeidzu, lai gan palikusi bija tikai kāda minūte līdz uzdevuma izpildes beigām. Ja vien toreiz būtu līdz galam izpildījis uzdevumu – visas 10 minūtes, būtu uzvarējis, nezaudēdams nevienu punktu. Tātad, ja sacensībās ir noteikts laiks, tad jāizmanto pilns laika periods, lai paveiktu uzdevumu. Nedrīkst zaudēt tempu vai mēģināt apiet noteikumus, jo tas var novest pie nevajadzīgiem zaudējumiem. Koncentrēšanās līdz pat beigām ir būtiska daļa jebkurā sporta veidā vai sacensībās.

\* Sākums 13.lpp.

Vai nebaidos no atbaidības? Nē! Par taisnību nav jābaidās. Nevienam nevēlos pazemot, bet par taisnību vienmēr cīnīšos! Mazdūšība nav mana rakstura īpašība.

**Domes sēdē nekustamā īpašuma mantiniece paziņoja, ka kaut kādas pārrunas vai izlīgums iespējams tikai tad, ja pats pie viņas vērsīsieties. Ko plānojat darīt?**

– Mana šī brīža lielākā vēlme būtu atrisināt konfliktu ar nākamo kaimiņieni džentlmeniskā veidā, lai varam arī nākotnē uzturēt labas kaimiņu attiecības. Taču visiem mums jāsaprot, ka katrs saņemsim vien to, ko esam pelnījuši.

**Kas šajā stāstā visvairāk mulšina un tracina?**

– Šajā stāstā mani visvairāk pārsteidz tas, ka domes vadības attieksme pret saviem iedzīvotājiem ir tik atšķirīga. Mantinieces

iesnieguma virzība un izskatīšana tiek organizēta nekavējotī, bet mans 14.marta domē iesniegtais iesniegums (tāpat kā 2014.gadā) tika ignorēts, uz ko norāda arī mans jurists savā vēstulē domes deputātiem. Pārsteidz arī tas, ka ne galvenais ziņotājs, ne sēdes vadītāja tā arī nepieminēja tos domes amatpersonu rīcības pārkāpumus, uz kuriem norāda mans advokāts. Vēl vairāk – tas tā, starp citu, tiek pieminēts, ka tāda vēstule eksistē! Īsāk sakot, kārtējo reizi izbrīna un pārsteidz Balvu novada domes amatpersonu visatļautība un neprofesionālā darbošanās, vai, drīzāk, bezdarbība.

**Nākamgad notiks pašvaldību vēlēšanas. Vai plānojat kandidēt?**

– Vai kandidēšu nākamā gada pašvaldību vēlēšanās? Mana atbilde ir – viennozīmīgi "jā"! Iešu cilvēkos ar, tā sakot, atklātām

kārtīm, nesolot zelta kalnus un neliferējot, neslēpjoties aiz citu muguras. Deputāta darba pieredze man ir, cilvēku vajadzības man nav svešas, esmu iejūtīgs, lietu būtību izprotu, acis teikt patiesību arī nebaidos. Kāpēc lai es to nedarītu?

**Kam atvēlat brīvo laiku?**

– Brīvā laika tikpat kā nav. Man ir 4 bērni, trim no tiem nepieciešama īpaša uzmanība un rūpes, jo vēl ir salīdzinoši maziņi. Vecākais dēls, par laimi, gan nekādas raizes nesagādā. Sevi cenšos uzturēt formā, pa vakariem braucu ar velosipēdu, peldu. Arī mājas lauku teritorijā prasa lielāku rūpi. Taču kopā ar savu dzīvesbiedri Jūliju ar visu tiekam galā un nesūdzamies. Ja ir kāds brīvāks laiks, paceļojam ar visu ģimeni pa Latviju, un tie ir mūsu lielākie svētki.

## Jūs jautājat, mēs atbildam

### Kā baudīt kultūru bezgaisa telpās?

**Ar ģimeni apmeklējām teātru festivālu "Ķiršu dārzs". Viss mums ļoti patika, izņemot karstumu mazajā zālē izrādes "Zvirbuļa ligzda" laikā. Zinu, ka arī lielajā zālē ir sliktā ventilācija. Kāpēc tā?**

Atbildi sniedz Balvu Kultūras un atpūtas centra direktore DITA NIPERE: "Teātru festivāls "Ķiršu dārzs" tradicionāli notiek vairākas dienas ar vairākām izrādēm, kuras pēc režisoru veidotās koncepcijas ir ar dažādiem scenogrāfijas uzdevumiem. Tādējādi režisori paši izvēlas dažādas mūsu iespējamās teātru norises vietas – tās ir gan mazās zāles, gan muzeja pagraba telpas, gan lielās zāles. Ar nožēlu jāatzīst, ka pēc renovācijas Balvu Kultūras un atpūtas centrā vasarā ir problēmas ar gaisa trūkumu pasākumu laikā. Būvniecības procesā projektētājs nav atbilstoši piemērojis ventilācijas sistēmu telpām, tāpēc bieži izjūtam svaiga gaisa trūkumu. Savukārt, pārbūvējot mazo teātra zāli, tā pilnīgi nav piemērota izrādēm – nav skatuves, nav paaugstinātu sēdvietu skatītājiem, kā tas bija iepriekš. Kā organizatori šādu apstākļu dēļ esam nonākuši pie lēmuma nākamajos festivālos atteikties no mazo zāļu teātru iestudējumu izrādēm. Taču ceram, ka pašvaldība iesaistīsies un palīdzēs novērst renovācijas laikā pieļautās un nepārdomātās kļūdas.

### Informācijas trūkums rada nesapratni

**"Vai tiek analizētas kļūdas, kas izdevies vai nav izdevies Balvu novada svētku organizēšanā?" jautā "Vaduguns" lasītāji.**

Balvu novada Kultūras pārvaldes vadītāja RUDĪTE KRŪMIŅA skaidro: "Pagājuši Balvu novada svētki ar aktivitātēm ģimenēm ar bērniem, jauniešiem, sporta un rotaļu pasākumiem, etnogrāfisko ansambļu un kapelu sadziedāšanos, svētku tirdziņu, ielu kafejnīcām, lielkoncertu un nakts balli. Joprojām par novada svētkiem saņemam gan pateicības vārdus, gan jautājumus.

Jautājumi par izmaksām. Kāpēc jāriko novada svētki, ja

trūkst finanšu līdzekļu un samazināts darba dienu skaits? Kāpēc mākslinieku skatuves izvietojums traucēja pilnvērtīgi baudīt koncertu; kāpēc cilvēki izmantoja lietussargus un traucēja citiem skatīties koncertu; kāpēc tualetes bija pilnas un netika sūknētas; cik pašvaldība nopelnīja, rīkojot šādu pasākumu?

Centīšos uz tiem atbildēt, lai sabiedrībā neveidojas nostāsti, bet veidojas priekšstats, balstoties uz faktiem un reālo situāciju. Informācijas trūkums rada nesapratni un atstāj nepatīkamas mieles dvēselē, kā, piemēram, joprojām, notiek runas par Upītes Kultūras centra renovāciju. Informēju ka no pašvaldības budžeta iztērēti 140 000 tūkstoši eiro (pārējais finansējums ir valsts un projektu līdzekļi).

Balvu novada svētki ar negaidīti lielu pasākuma apmeklējumu (3000 skatītāju un 1200 balles apmeklētāju) pārsteidza vietējo sabiedrību. Jautājumā par skatuves izvietojumu piekritu, ka skatuve varēja būt augstāka, bet izvietojums skatuves kreisajā pusē bija tāpēc, ka skatuves parametri bija lieli un uz skatuves nebūtu vietas dejotājiem un balles dejotājiem (skatuves lielums atkarīgs no mūziķu un mākslinieku prasībām skaņas un aprīkojuma nodrošināšanai). Par lietussargiem – uz ieejas biļetēm ir uzrakstīts, ka lietussargi izmanto tikai lietussargus. Būtu pārsteigums pasākuma apmeklētājiem, ka pie ieejas, kā tas notiek lielos pasākumos, apsardzes darbinieki liktu atstāt lietussargus. Mēs ticam saviem cilvēkiem, ka viņi ievēros noteikto kārtību lietussargu koncertā.

Sāpīgais jautājums par tualetēm. Tās tika iespēju robežās uzturētas kārtībā, par to sakām lielu paldies sētniecei Tamārai, bet izsūknēšana un apkope bija tualesu uzstādītāja ziņā (iespējams, tehnisku iemeslu dēļ "San-Tex" nevarēja to nodrošināt).

Novada svētku izmaksas. Budžetā tika paredzēti EUR 15000, summa ir uz pusi mazāka kā iepriekšējos gadus:

- Lielkoncerta organizēšanas izmaksas EUR 9 680 (ar PVN)
- Tualetes noma – EUR 744
- Skatuve (pie Vēja zvaniem) folkloras un bērnu koncertam, elektrības papildus nodrošināšana, kabeļu nodrošināšana, elektrība tirgotājiem uz ielas un zaļajā tirdziņā, tirgotāju ielas

izgaisošana, gaisma pie kasēm un tualetēm - EUR 2433,25

• Pasākums bērniem - EUR 726

• Diskotēka 19.jūlijā jauniešiem Lāča dārzā – EUR 250.

Kopējās izmaksas – EUR 13833,25 un Balvu novada pašvaldības iestāžu: Kultūras pārvaldes, Balvu Kultūras un atpūtas centra, Bērnu un jauniešu centra, Ziemeļlatgales Sporta centra, NKMC "Upīte", Balvu Novada muzeja, Balvu apvienības pārvaldes, Ziemeļlatgales biznesa un tūrisma centra, Balvu Centrālās bibliotēkas, "San-Tex", valsts policijas, pašvaldības policijas, Zemessardzes 31.kājinieku bataljona kopīgs darbs svētku nodrošināšanā.

Vai esam gatavi turpināt uzņemties lielkoncertu organizēšanu? Jā, bet nepieciešams sakārtot infrastruktūru, lai to izdarītu vēl labāk, jo no nepilnībām un kļūdām mēs mācāmies visi. Baudiet kultūras pasākumu piedāvājumu Balvu novadā!"

### Elektrotehniku pieņemam bez maksas

**"Kāda tad jēga no šādas akcijas?" jautā lasītāji.**

SIA "ZAAO" sabiedrisko attiecību speciāliste RASA ŅIKITINA: – Esam konstatējuši, ka "Vaduguns" 19.jūlija numurā publicēta klientes neapmierinātība par radušos situāciju akcijas "Nodod lieku, saņem prieku" ietvaros. Vēlamies izmantot šo iespēju, lai paskaidrotu notikušo un informētu sabiedrību, lai novērstu līdzīgas situācijas nākotnē. Akcijas "Nodod lieku, saņem prieku" galvenais mērķis bija veicināt sabiedrības informētību par pareizu elektrotehnikas atkritumu apsaimniekošanu un samazināt to negatīvo ietekmi uz vidi, savācot iespējami daudz nolietotas elektrotehnikas. Saņemot nododamo printeri, visu EKO laukumu darbiniekiem ir pienākums pārbaudīt, vai printeris nesatur kārtidzī, jo tas ir pavisam cits atkritumu veids un nekvalificējas kā elektrotehnika. Šādos gadījumos klients tiek informēts, ka kārtidzī nav elektrotehnika un kārtidzī pieņemšana notiek pēc noteiktā EKO laukuma cenrāža. Elektrotehnika kā akcijas laikā, tāpat arī ikdienā, tiek pieņemta bez maksas.

## Afiša

\*Sākums 7.lpp.

### Viļakā

✓ Viļakas muzeja izstāžu zālē, Klostera ielā 1, 8.Starptautiskā mākslas plenēra "Gleznotājam Valdim Bušam – 100" izstāde.

**2.augustā plkst. 11.00** Viļakas Vissvētās Jēzus Sirds Romas katoļu baznīcā starptautiskā folkloras festivāla "Lipa Kust" dalībnieku koncerts, piedalās ārzemju folkloras kopas un folkloras kopa "Upīte". Ieeja – bez maksas.

**3.augustā** jau tradicionāli pilsēta gleznaina ezera krastā – Viļaka, pulcinās savus draugus un viesus. Jau **no plkst. 10.00** bērnu rīts ar spēlēm, atrakcijām, sejas apgleznošanu, izjādēm ar zirgu u.c. (maksas pakalpojums). Visas dienas garumā būs iespēja baudīt ūdens priekus Viļakas ezerā (maksas pakalpojums). Piedāvājumā: brauciens ar plostu, ūdens motociklu, motorlaivu, brauciens aiz laivas ar pūslī, kā arī pirts, kubla noma un naktsmājas kempers (iepriekš piesakoties pa tālr. 28694808).

**Plkst 16.00** Viļakas Vissvētās Jēzus Sirds Romas katoļu baznīcā astoto vēsturisko ērģeļu mūzikas svētki – Ērģeļu zeme, CD prezentācijas koncerts "Mūzika debesīm". Koncertā piedalās: Ilona Birģele (ērģeles), Ilze Grēvele-Skaraine (soprāns). Ieeja koncertā – ziedoījums.

Dienas noslēgumā **plkst. 20.00** šarmantās māksli-

nieces un fantastiskās balss īpašnieces Marijas Naumovas koncerts "Kādā jaukā dienā". Pavadošā grupa: Rolands Beļevičs (taustiņi, akordeons), Jegors Kovaikovs (ģitāra), Norberts Skraucis (kontrabass), Andris Buiķis (sitamie instrumenti), Kristaps Krievkalns (taustiņi), Rodrigo Manfritti (perkusijs), Ingus Feldmanis (ģitāra). Biļetes cena iepriekšpārdošanā – 15 eiro, pasākuma dienā – 20 eiro. *Biļetes pieejamas "Biļešu paradīzē" kasēs un internetā. Bērniem līdz 7 gadu vecumam un cilvēkiem ar kustību traucējumiem ieeja bez maksas. No 29.jūlija līdz 2.augustam biļetes iespējams iegādāties Viļakas kultūras namā laikā no plkst. 16.30 līdz plkst. 21.30 (Pils iela 13).*

**Plkst. 22.00** Viļakas pilsētas brīvdabas estrādē balle kopā ar Artūru Jauntēvu un grupu, starplaikos *DJ KOZLOO*. Ieejas maksa līdz plkst. 23.00 – 7 EUR, vēlāk – 10 EUR. *Vakara gaitā "Škladi burgers" un viesību bārmeņi piedāvās ēdienus un dzērienus.*

**11.augustā** (ceļš P35, 1,5 km attālumā no Viļakas) Viļakas muzejs aicina visas dienas garumā individuāli nolikt svecītes un ziedus 1941.gada 11.augustā nogalināto Viļakas un tās apkārtnes, kā arī no Lietuvas atvesto ebreju piemiņas vietā.



## Nepalaid garām!

24. AUGUSTS | ALŪKSNE  
PILSSALAS ESTRĀDE

CREDO  
50

JUBILEJAS KONCERTS



## Apsveikumi

Dzīve ir kā samezglota dzija  
Kuras risinājums – grūts, bet skaists.  
Neskaitīsīm dienas, kurās lietus lija  
Mirkļus skaistīsīm, ko žēl bij' projām laist.

Sirsniņi sveicam **Luciju Slišāni** skaistajā jubilejā!

Vēlam stipru veselību un daudz jauku mirkļu ikdienā!

Brālēns Staņislavs un Aija



Mani nodzīvotie gadi!  
Tie uzpeld kā ūdensrozēs  
No dzelmainās pagājības.  
Uzpeld un nogrimst,  
Lai atkal uzpeldētu,  
Dvēseli saviļņotu  
un mūžu apstarotu  
Ar priecīgiem mirkļiem...

Sirdssilti sveicēni mūsu bijušajai vadītājai

**Margaritai Sležai** nozīmīgajā jubilejā!

Lai sirds smēļas cerību un spēku turpmākajos gados,  
saglabājot dzīvesprieku, optimismu, darbīgumu  
un stipru veselību!

Bijušās kolēģes



## Paziņojums

LPRA politiski represēto salidojums Ikšķilē notiks 10.augustā.  
Braucienam pieteikties pa tālr. 26552405.

## Piedāvā darbu

“SIA ALŪKSNES LAUKU SERVISS” piedāvā darbu Balvos  
lauksaimniecības tehnikas rezerves daļu veikala PĀRDEVĒJAM.

Darba alga pārbaudes laikā 700 eiro, pēc pārbaudes laika –  
papildsamaksa, atkarībā no veikala darba rezultātiem.

Tālrūņi 29149247, 64381018.

## Pērk

**Iepērkam melnos un krāsainos metāllūžņus**

Adrese: **Kubulu pagasts, Kubuli, Kalna iela 9 b**

- Palīdzēsīm izkraut un pāršķirot

- Nodrošināsim transportu līdz 1 tonnai

**Strādājam no plkst. 8.00 - 17.00**

SIA HAMAL

Atļauja - Nr 2006-08/114

Telefona numuri: **29108551; 25115314.**

**Z.s “Strautiņi”**  
iepērk **mājlopus.**  
Samaksa tūlītēja. Labas cenas.  
tālr. **29411033.**

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

**Iepērkam LIELLOPUS!**  
info@senlejas.lv  
**62003939**

Pērk sienu ruļļos.  
Tālr. 27004732.

Pērk izkļiedētājpiekabi RUM.  
Tālr. 27603515.

Pērk lauku viensētu.  
Tālr. 26695625.

## PĒRKAM

Augošu koku cirmsas  
un sortimentus pie ceļa

Meža īpašniekiem:

- Veicam bezmaksas konsultācijas;
- Palīdzam meža taksācijas sagatavošanā, cirsnu iestigošanā;
- Palīdzam iesniegt cirsšanas pieteikumu VMD.

**Metsā**

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

## Dažādi

**Meklējat izturīgus  
logus un durvis?**

**LOGI  
DURVIS**

**PILNS  
SERVISS**

**26343039**

www.balvulogi.lv

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

**Tagad arī ar piegādi!**

**Žiguri, Parka iela 1.**

mob. **28607733** – Artis

info@mikowood.com



Piedāvājam tīrus 600 l un 1000 l  
konteinerus ūdenim, degvielai, ir arī  
nemasgātie. Ir 25 l kannas. Mucas:  
metāla, plastmasas ar vākiem  
ūdenim, graudiem, ir arī ar korķiem  
plostiem, degvielai. Pieejama tara  
Balvos un Gulbenē. Iespējama  
piegāde par atsevišķu samaksu.  
Tālr. 29492141.

Dūmvadu, dabisko ventilāciju,  
apkures ierīču, dūmeju apsekošana,  
tīrīšana, remonts, izgatavošana,  
mūrēšana, oderēšana, uzstādīšana.  
Dūmu detektori.  
Tālr. 22363236, 20404400.

Piedāvā mini ekskavatora  
pakalpojumus. Tālr. 25858936.

Pārvietojamā lentzāģa pakalpojumi.  
Tālr. 28470671.

Siltinām mājas ar ekovati,  
granulām un termoputām.  
Tālr. 26748235.

Palīdzēs pensionāriem dārza un  
mājas darbos (sieviete).  
Tālr. 27156395.

Dāvina skaistus, kārtīgus kaķēnus.  
Tālr. 26296163.

**“Vaduguns”  
reklāmu pieņem  
darbdienās  
no plkst. 8.00  
līdz 16.00.**

## Līdzjūtības

Paliek sirdī tavi saules vārdi  
Un mīlestība, kura neaiziet.

(K.Apškrūma)

Mūsu visdziļākā līdzjūtība **Jānim  
Upītim, MĀTI** mūžībā pavadot.

Duļbinski, Lāpāni

Tas visskumjākais brīdis, kad mīļa  
sirds

Uz mūžu mūžiem pārtrūkst un

stājas,  
Tad zvaigznes pie debesīm asarās  
mirkst

Un tukšas kā kļūst mājās.

Lai patiesi līdzjūtības vārdi ir atbalsts

sāpju brīdī **Guntim Loginam un**

**pārējiem tuviniekiem, tēvu**

**RIHARDIJU LOGINU** mūžībā

pavadot.

SIA “Latvijas Lauku konsultāciju un

izglītības centrs” Balvu biroja

kollektīvs

Miļš cilvēks aizgājis uz klusēšanas

pusi,

Vien paliek atmiņas ar pateicības

vārdiem.

Patiesi līdzjūtība **māsai, brālim un**

**pārējiem tuviniekiem,**

**INĀRU RAKSTIŅU** zemes klēpī

guldot.

Kārķļu ģimene

Mēs klusi paliekam šai krastā,

Vēji šalkos un mierinās mūs,

Bet tava vieta, kas bija šai dzīvē,

Vienmēr mūsu atmiņās būs.

Visdziļākā līdzjūtība **tuviniekiem,**

mūsu bijušo kolēģi

**INĀRU RAKSTIŅU** kapu kalniņā

pavadot.

Kolēģi lauksaimniecības pārvaldē un

Balvu konsultāciju birojā: Vitālijs,

Andrejs, Valentīns, Ivars, Hermine,

Elita, Ilona, Gunta

Tavs mūžs ir dzimtā pusē sēti

graudi,

Tie cauri gadiem jaunus asnus dzīs.

Caur paveikto, kas nebeigs dzīvot

ļaudis,

Plauks piemiņa un sirdis nezudīs.

(K.Apškrūma)

Mūsu patiesi līdzjūtība **radiem,**

**draugiem,** pavadot

**INĀRU RAKSTIŅU** dzimtās zemes

smiltājā.

Balvu pensionāru biedrība

Dusi saldi zemes klēpī

Lai tev sapņu nepietrūkst.

Miļās rokas ziedus noklās

Un tev silti vienmēr būs.

(A.Straube)

Izsakām patiesu līdzjūtību

**Laimonim un Jānim ar ģimenēm,**

pavadot **MĀMIŅU** mūžībā.

Tamāra, Ingrīda un Biruta

No atmiņām paliek tik starojums

maigs,

Tā kā liedagā saulrieta pēdas.

Turp, kur tu aiziesi, apstāsies laiks,

Norims sāpes, rūpes un bēdas

(B.Martuževa)

Mūsu visdziļākā līdzjūtība **Ligai**

**Aleksejevai,** mūsu **KRISTĪNI**

pāragri aizvadot kapu kalniņā.

VZD Gulbenes biroja kolēģi

Dusi saldi zemes klēpī,

Lai tev sapņu nepietrūkst.

Miļās rokas ziedus noklās

Un tev silti vienmēr būs.

(A.Straube)

Izsakām visdziļāko līdzjūtību

**Ludmilai Smuļko,** pavadot **MĀTI**

mūžībā.

Veikala “Labais” kolektīvs

## Pārdod

Pārdod skaldītu malku,  
arī sausu, ar piegādi.  
Tālr. 29166439.

Pārdod metāla jumtus  
un notek sistēmas no  
ražotāja.  
Cena no 5,90 EUR/m².  
Tālr. 28382940.

Pārdod grieztu, skaldītu  
malku. Ar piegādi.  
Pieejama arī  
sausā malka.  
Tālr. 29196108.

Pārdod piekabi un  
kultivatoru.  
Tālr. 29464038.

Pārdod nelielu bišu  
dravu Viksnā.  
Tālr. 26597480.

Pārdod sivēnus.  
Tālr. 28387221.

Pārdod bioloģiski  
audzētas smiltsērkšķu  
ogas un sulu.  
Tālr. 25858936.

Pārdod Audi 80, 1.9  
TDI, 1993. g., TA, ļoti  
labā stāvoklī.  
Tālr. 29240844.

## Reklāma



**PĒRKAM:**  
CIRSMAS, MEŽA ĪPAŠUMUS  
LAUKSAIMNIECĪBAS ZEMES  
**MEŽIZSTRĀDE:**  
ZĀĢĒŠANA  
PIEVEŠANA  
TREILERA PAKALPOJUMI  
SIA ANITA AB  
Kontakti: +371 28 600 344  
info@anitaab.lv

**MEDNEVAS PAGASTA PĀRVALDE** izsaka  
pateicību SIA “Pateicībai”, īpaši Sergejam  
Trahnovam, par ieguldīto darbu Medņevas  
pagasta Skandīnes kapu un to apkārtnes  
sakopšanā.

**Pateicības vārdi!**  
Ikvienam ir iespēja isi un konkrēti  
pateikt paldies kādam atbalstītājam,  
labvēlim, sponsoram, palīgam. Dārgi tas  
nemaksās - tikai 5 eiro par 28 vārdiem.  
Jo šie ir “Pateicības vārdi”.

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

**Datorsalikums-**  
**SIA “Balvu Vaduguns”,**  
**R.KACĒNS**  
Iespēsts SIA  
“Poligrāfijas grupa  
Mūkusalā”, Rīgā,  
Mūkusalas 15A  
Tirāža – 2105



Indekss  
3004

**Vaduguns**

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;

**A.SOCKA** - T. 29378903; **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

Tālrūnis-autoatbildētājs - **64520961**