



Būs vai nebūs skola Vīksnā?



Foto - E. Gabranovs

Ar jautājumiem neskopojas. To, ka Vīksnas pagasta iedzīvotājiem rūp skolas nākotne, apliecināja viņu izteiktās bažas par bērnu nokļūšanu citās skolās, ja slēgs Stacijas pamatskolas Vīksnas filiāli. "Bērni stundās gulēs, ja no rīta būs jāceļas pulksten sešos-septiņos. Labāk, lai mājās sēž un *dauza* suņus un kaķus," izskanēja skarbi prātojumi.

Edgars Gabranovs

Pagājušajā nedēļā Balvu novada pašvaldības vadība tikās ar Vīksnas un Lazdulejas pagastu iedzīvotājiem. Sāpīgs jautājums, ko apsprieda Vīksnas Tautas namā, bija par Stacijas pamatskolas Vīksnas skolas filiāles likteni – būt vai nebūt?

Stacijas pamatskolas un Stacijas pamatskolas Vīksnas filiāles direktore Ruta Bukša atgādināja, ka desmit gadus situācija abās skolās bija diezgan stabila: "Dienmēž skolēnu skaits strauji sarūk, turklāt tas nenotiek tikai Vīksnā, bet arī Stacijas pamatskolā. Līdz šim, Izglītības ministrijas ieskatā, mums kā salaulātai iestādei bija pietiekams kopīgais skolēnu skaits. Bet laiki mainās. Ar 2019. gadu Vīksnā vairs nepastāv pirmsskolas grupa. Kāda šobrīd ir situācija? 60 bērni mācās Stacijā un 26 – Vīksnā. Cipari nav skaisti ne vienā, ne otrā iestādē. Jāņem vērā, ka ir izdoti Ministru kabineta noteikumi par skolēnu klašu apvienošanu. Divus gadus Vīksnas skolā nav ne pirmās, ne otrās klases. Man, kā direktorei, jāsaka, ka ar katru gadu paliek smagāks pedagoģisko kadru jautājums, jo patiesi mums nav jaunu skolotāju. Ar tehniskajiem darbiniekiem ir vieglāk, turklāt viņi visi ir Vīksnas pagasta iedzīvotāji. Gan naudiņas, gan pedagoģiskā personāla dēļ no šī gada ļoti cenšamies, tā teikt, *sadraudzināt* Stacijas pamatskolas

vecāko klašu skolēnus ar Vīksnas filiāles bērniem, jo praktiski trijos priekšmetos – vēsturē, dizainā un vizuālajā mākslā – nav skolotāju, kuri varētu braukāt ar nelielām likmītēm jeb nelielu stundu skaitu uz abām skolām. Tāpēc 6.-9. klašu skolēni divreiz nedēļā tiek vesti uz Stacijas pamatskolu. Kā jau minēju, turpmāk nevarēs būt apvienotas klases tajā vecumā, kas saucas no septītās klases un uz augšu. Apvienot varēs tikai blakus esošās klases, piemēram, ja mēs optimistiski domājam, ka nākamajā mācību gadā Vīksnā pirmajā klasē varētu mācīties 2,5 bērni, tad to nemaz nevaram pievienot-apvienot, jo otrās un trešās klases nav. Ja šogad skolā darbojas četri klašu komplekti, tad nākamgad situācija kļūtu daudz, daudz sarežģītāka, jo būtu jāveido seši klašu komplekti. Tas ir cits finansējums. Pedagoģiem algas nodrošina valsts, un tās atkarīgas no skolēnu skaita. Paldies pašvaldībai, kas skolu finansē – gan atalgojumam EUR 60 000 (tehniskajiem darbiniekiem), gan uzturēšanas izdevumiem EUR 18 000. Mēs nevaram teikt, ka šos gadus esam dzīvojuši slikti. Ja gribam mācīt trīs bērnus atsevišķi, vēl trīs bērnus atsevišķi un vēl piecus bērnus atsevišķi, tad būs nepieciešami ļoti lieli finansiālie izdevumi."

*Turpinājums 10.lpp.

Nākamajā
adugunī

● **Kāpēc jāgriez ābeles?**
Pieredzes diena augļu dārzā

● **"Pa zemes ceļu"**
Annas Krēmanes grāmatas atvēršana

Covid-19

(24. aprīlis)

Balvu novads – 121
Alūksnes novads – 86
Gulbenes novads – 108
Ludzas novads – 143
Rēzeknes novads – 160
Madonas novads – 190

Iespēja uzņēmējiem

Ziemeļlatgales biznesa un tūrisma centrs 26.aprīli Baltinavā, 2.maijā Kubulos, 17.maijā Viļakā un 27.maijā Rugājos no plkst. 10.00 līdz 11.30 aicina satikties uzņēmējus un pašvaldības pārstāvjus, lai uzsāktu dialogu gan par uzņēmējiem būtiskiem attīstības jautājumiem, gan par Balvu novada kopējo izaugsmi.

Plānotā programma: skaitļi un fakti par Balvu novada uzņēmējiem un nozarēm; prezentācija par pašvaldības īstenotajiem uzņēmējdarbības infrastruktūras projektiem; novada uzņēmēju iesaistīšanās paš-

Īsziņas



valdības iepirkumos; dalībnieku pieteikšanās uzņēmēju konsultatīvajai padomei.

Tuvojas Lielā talka

30.aprīlī jau 15.reizi pēc kārtas Latvijā norisināsies Lielā talka, kurā ikviens iedzīvotājs ir aicināts veikt atkritumu savākšanas un vides labiekārtošanas darbus. Talkas koordinatore Balvu novadā Sandra Kapteine informē, ka Balvos talcinieki aicināti pulcēties plkst. 9.00 pilsētas parkā pie estrādes, sagērbjoties atbilstoši laika apstākļiem. Jāpiebilst, ka plkst.12.00 neizpaliks talcinieku zupa. Tāpat ikvienam ir iespēja piedalīties SOLO (tai skaitā DUO un Ģimenes) talkā un vākt atkritumus individuāli.

Vārds žurnālistam

Zinaida Logina

Labdien! Vēl joprojām jums zvanu un rakstu no Parīzes. Kad gaiss dienā iesilst līdz 20 grādiem, ar portatīvo datoru dodos uz parku. Tikai domām par darbu traucē acis – tām labāk patīk griezties ziedošo krūmu, koku, puķu vai strūklaku virzienā. Parīzē vispār parki, skvēri, mazākas un lielākas zaļas un šobrīd skaisti ziedošas oāzes ir teju katrā kvartālā, un tas šo daudzmiljonu pilsētu dara pievilcīgu ne tikai tūristiem, bet arī tās iedzīvotājiem. Daudzviet redzami pārdomāti bērnu rotaļu laukumi, kuros ir arī lieli un grezni karuseļi.

Staigājot pa privātmāju rajoniem, pārsteidz ēku arhitektūra. Sākotnēji, rādot saimniekiem fotogrāfijas, teicu, - re, kāda baznīciņa! Vēlāk atklāju, ka tās ir dzīvojamās mājas ar dažādiem torniņiem un interesantu jumtu izbūvi. Enot gar Sēnas krastiem, kur skaisti saziēdējušas ievas, ievēroju, ka cilvēki te, tāpat kā pie mums, griež nātres, lai vairotu vitamīnu devu. Mācētu runāt franciski, pajautātu ko vairāk. Taču valodas barjera mani nebaida, jo jaunieši runā arī angliiski, bet veikalā, meklējot kādu precī, vārdus var ierakstīt telefona aplikācijā un, sakot *pardon* jeb piedodiet, to parādīt vai dod paklausīties pārdevējam.

Jocīga lieta tā uzdrīkstēšanās... Bet, esot ārpus pierastā, darot to, ko iepriekš nezini, var iepazīt sevi citādu.

Latvijā

Aizvadīts stādu gadatirgus. Salaspils Nacionālajā botāniskajā dārzā aizvadīts pirmais Cīruļu dienas stādu gadatirgus. Tas ir īpaši gaidīts notikums dārzkopju dzīvē, jo stādu sortimentu tirgū bagātina arī botāniskā dārza izlolotie stādi, kurus citos gadatirgos iegādāties nav iespējams. Tirgū bija nopērkami arī Oranžērijas sarūpētie siltzemju augi.

Protestē pret karu. Pie Brīvības pieminekļa notika Latvijas krievvalodīgo kopienas pretkara protests. Tā mērķis ir demonstrēt, ka krievvalodīgie neidentificējas ar Krievijas prezidenta Vladimira Putina režīmu, viņi ciena citu valstu suverenitāti un kultūru, spēj integrēties Latvijas sabiedrībā un ne ar kādu ieganstu nepieņem vardarbīgu politiku.

Meklē aizsardzības risinājumus. Baltijas valstu premjeri rosina katrā Baltijas valstī izvietot pa vienai kaujas gatavībā esošai sabiedroto divīzijai. Lai liegtu jebkādas agresijas iespējas, Baltijas valstīs ir nepieciešami mūsdienīgi pastāvīgās aizsardzības risinājumi, nepieciešama lielāka sauszemes, gaisa un jūras spēku klātbūtne. Premjeri kopīgajā paziņojumā norādījuši, ka gaidāmajā NATO galotņu sanāksmē, kas notiks Madridē, centīšoties apstiprināt nākamo NATO stratēģisko koncepciju.

Atgriežas Kijivā. Latvijas vēstnieks Ukrainā Ilgvars Kļava ir atgriezies Kijivā un uzsācis pildīt pienākumus. Krievijas sākta kara pret Ukrainu sākumā Latvijas vēstniecības Ukrainā personāls pārcēlās no Kijivas un samazinātā sastāvā kādu laiku turpināja darbu Ļvivā.

Rīgā ierodas karakuģi. Rīgas pasažieru ostā aizvadītajā piektdienā ieradās NATO jūras spēku karakuģi, kas darbojas kā tūlītējās reaģēšanas spēki un spēj aizsargāt gaisa telpu. Pašlaik to uzdevums ir stiprināt sadarbību ar Latvijas jūras spēkiem, meklēt mīnas, kas palikušas no Otrā pasaules kara, kā arī parādīt NATO spēku klātbūtni.

Pieaug darba slodze. Sociālo pakalpojumu sniedzējiem pašvaldībās, apkalpojot Ukrainas kara bēgļus, pieaug darba slodze. Dažās iestādēs pat veidojas garas rindas. Visnoslogotākā ir galvaspilsēta, taču darbinieki arī reģionos saskaras ar neierasti lielu darba apjomu. Piemēram, Tukuma novada Sociālajā dienestā dienā vidēji apkalpo 25 cilvēkus, tur novadā pašlaik ir aptuveni 600 Ukrainas kara bēgļu.

Mācās glābt dzīvības. Jau vairāk nekā divas nedēļas Cēsu pusē Zemessardzes 2. Vidzemes brigādes karavīri un zemessargi mācās glābt dzīvības. Apmācības notiek imitētos karadarbības apstākļos, un tajās tiek apgūtas arī specifiskas iemaņas.

(No interneta portāliem www.tvnet.lv, www.lsm.lv)

Noslēdzies Lieldienu konkurss

Naudaskalnā ideju netrūkst

Irēna Tušinska

Pirms Lieldienām Naudaskalna tautas nama vadītāja Aina Biseniece izsludināja konkursu par interesantāko Lieldienu zaķa atveidojumu. Aicinājumam izgatavot un novietot pagasta centrā savu Lieldienu simbola versiju atsaucās vairāki pagasta iedzīvotāji. Lai gan sākotnējā iecere bija apbalvot tos, kuru darbu foto vietnē "Facebook" savāks visvairāk 'patīk' ikšķišu, konkursam noslēdzoties, pārsteiguma balvas saņēma visi, jo katrs dalībnieks bija ieguldījis pūles un izdomu.

A. Biseniece stāsta, - lai gan sākums bija lēns, tuvojoties Lieldienām, pagasta iedzīvotāji sarosījās, un tautas nama, kā arī pagastmājas apkārtnē pārvērtās par īstu zaķu parādes vietu. Savu artavu kopīgajā pasākumā ieguldīja tautas nama un pagasta pārvaldes kolektīvs, kuri uzmeistaroja skaistus Lieldienu simbolus. Tā pagasta pārvaldnieka Andra Ķerāna komanda par garausi pārvērtā trīs lielus siena ruļļus, bet tautas nama vadītāja A. Biseniece uzmeistaroja piecu zaķu komandu no bērza blūkiem. Autoru vidū bija pagasta iedzīvotāji Juris Jefimovs, kurš svētkos skaisti izdekorēja arī savas mājas pagalmu; Roberta Sileniece, kura no abām pusēm skatāmo finiera zaķa figūru izrotāja ar ziediem un pūpoliem; un Irēna Pabērza, kura šūpolēs iesēdinātā garausa tēla izveidošanai izmantoja salmus un citus dabas materiālus. Savukārt Ginta Zaharāne izveidoja Lieldienu kompozīciju no plastilīna.

Irēna Pabērza stāsta, ka, visu ziemu sēžot mājās un adot zeķes, sagribējās kādu pārmaiņu, tādēļ nolēma piedalīties konkursā, izgatavojot salmu zaķi. Tā kā zināma pieredze līdzīgu dekoru veidošanā bija apgūta, strādājot par aprūpētāju pansionātā "Balvi", salocīt stiepli un apdarināt to ar salmiem nerādīja lielas grūtības. Savukārt dēls ar vīru sagrieza kārkļu zarus un saskrūvēja tos, izveidojot šūpoles. Irēna stāsta, ka savulaik, kad meita mācījās amatniecības skolā, abas kopā tādus darbus veidoja biežāk, bet tagad bērni izauguši, tādēļ šāda vajadzība rodas retāk.

Pagasta pārvaldnieks Andris Ķerāns atklāj, ka ideja izveidot zaķi no siena ruļļiem pieder viņa vedeklai Dacei, kura strādā mākslas skolā, bet kopīgajā darbā piedalījās gan viņa ģimene, gan pagasta darbinieki. Grūtākais zaķa skulptūras veidošanā bija siena ruļļu pārvietošana, kam nācās izmantot traktoru. A. Ķerāns gandarīts, ka pagasta iedzīvotāji atsaucās tautas nama vadītājas aicinājumam: "Kad bijām uzlikuši savu zaķi

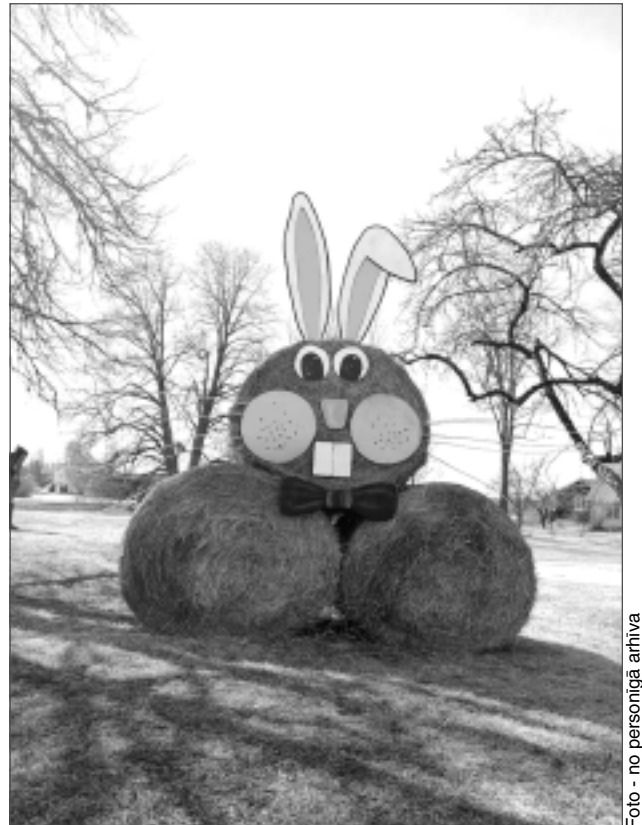


Foto - no personīgā arhīva

Liels un simpātisks. Kā liecina Ķerānu ģimenes kopdarbs, galvenais ir izdoma, bet par materiālu skulptūras izveidošanai var noderēt gandrīz jebkas.

no siena ruļļiem, pamazām darbus sanesa arī pārējie." Pagasta pārvaldnieks priecājas par iedzīvotāju izdomu: "Man pašam personīgi ļoti patika salmu zaķis šūpolēs. Iedomājos, cik tur darba bija jāiegulda, lai saliktu šūpoles vien. Arī tādu zaķi sasiet no salmiem – tas ir talants." Pagasta pārvaldnieks ar savu komandu rūpējas, lai pagastmājas apkārtnē vienmēr izskatītos glīti un katriem svētkiem atbilstoši. Reizēm glītās dekorācijas pēc svētkiem ir žēl izmest. Tā notika ar pērn tapušajiem koka zaķiem, kas no pagastmājas ābeļdārza pārcēlušies pie Naudaskalna ūdenskrātuves, kur turpina mitināties līdz pat šai baltai dienai." Gan jau vēl kaut ko izdomāsim. Galvenais, lai ir idejas," sola A. Ķerāns.

Balvu konsultāciju birojā jauni darbinieki

Gatavi sadarboties un sniegt konsultācijas

Maruta Sprudzāne

LLKC Balvu konsultāciju birojā darbu uzsākuši divi jauni speciālisti – Liene Ivanova un Intars Ločmelis.

LIENE IVANOVA konsultāciju birojā atgriezies pēc sešu gadu prombūtnes, atsaucoties LLKC Balvu Konsultāciju biroja vadītāja uzaicinājumam, un būs nostrādājis pirmo mēnesi. Viņa ir ekonomikas konsultante. Lienes papildus pienākumi birojā šobrīd ir Valsts Lauku tīkla un arī lauku attīstības plāna pasākumu (informatīvo un mācību) organizēšana, papildus arī Latgales reģionālā konsultanta pienākumi pasākumā "Novada garša". Konsultante novada lauksaimniekiem jau ir iepazīta iepriekšējā darba cēlienā, Lieni pazīst kā uzņēmīgu un zinošu projektu rakstītāju.

INTARS LOČMELIS pēc izglītības un sirds aicinājuma ir agronoms ar specializāciju laukkopībā. Dzīvo un saimnieko vecāku saimniecībā Vectilžas pagastā. Darbam konsultāciju birojā pieteicās pats, izlasījis par šo vakanci laikrakstā "Vaduguns". Pēc veiksmīgām pārrunām pieņemts darbā.

Intars vēl tikai sāk iepazīt sava turpmākā darba apjomu un zemnieku saimniecības novadā. Viņš ir gatavs sadarboties un sniegt konsultācijas svarīgos laukkopības jomas darbos. Praktiskā darba pieredze apgūta un turpinās, strādājot kopā ar tēvu laukkopībā. Intars stāsta, ka pievērs uzmanību lauku pareizai apsaimniekošanai, cenšas ievērot augu seku. Vai teorija iet kopā ar praksi? Intars atzīst, ka ir lietas, kas arī neiet. Latgales pusē lauksaimniekiem jāreķinās ar dabas



Foto - A. Kirsanovs

Jauni darbinieki. Liene Ivanova un Intars Ločmelis tagad strādā LLKC Balvu konsultāciju birojā. Nesen viņi piedalījās Lauka dienas demonstrējuma saimniecībā "Ievulejas", tiekoties ar vadošajiem Latvijas pētniekiem, kuri stāstīja un rādīja pareizu augļudārzu kopšanu pavasarī.

apstākļiem un nereti jānopūlas daudz vairāk, lai iegūtu pieņemamas ražas. Jaunais agronoms atzīst, ka izaicinājumu ir daudz. Intara nākotnes plānos ir pārņemt tēva saimniecību un turpināt tur iesāktu. Viņš dzīvo ar pārlicību, ka lauki nevar palikt tukši, ka dzimtās puses mājām un zemes apsaimniekošanai jābūt turpinājumam nākošajās paaudzēs. Intara mērķis ir dzīvot pārticīgi, gūstot pietiekamus ienākumus no paša apsaimniekotās zemes.

Lazdulejieši nemierā ar pārvaldnieku

“Andri, slēdzam pagastu ciet, un viss...”

Sanita Karavoičika

Emocionālā un saspringtā gaisotnē, ik pa laikam izskanot apvainojumiem, 20.aprīli noritēja pagasta iedzīvotāju, pārvaldes vadītāja un novada vadības izbraukuma sapulce Lazdulejā. Sapulces rosinātāji bija paši lazdulejieši – viņi vēlējās izrunāt sasāpējušās problēmas un rast tām risinājumu.

Atklājot sapulci, novada vadītājs SERGEJS MAKSIMOVŠ darīja zināmu, ka noteiktā laika posmā pašvaldība saņēmusi vairākus iesniegumus ar dažādām iedzīvotāju prasībām. “Mūsu mērķis šodien ir satikties un izrunāt konkrētas lietas, noskaidrot, ko varam darīt, lai tās atrisinātu. Divus gadus dzīvojam pandēmijas ēnā, tagad ir karš. Taču dzīve neapstājas, ir daudzas citas aktuālas vajadzības – sākot ar kanalizāciju, un beidzot ar ūdensvadu.” Viņš norādīja, ka lielākā problēma, kas satrauc pagasta iedzīvotājus, ir ūdens kvalitāte, sliktais ūdens spiediens un kanalizācija. Pēc kārtējās pašvaldībā saņemtās vēstules vadība apsekojusi objektus un secinājusi, ka šobrīd ar ūdens padeves spiedienu problēmu nav, toties ūdens nāk ar rūsas piemaisījumu. “Saprotu, ka pārvaldniekam jāpaseko līdz situācijai un regulāri jāmaina ūdens filtri. Vienalga, vai to dara pašu spēkiem, vai algo firmu. Ja to nedara, tad nevajag gaidīt rezultātu. Ja iedzīvotāji šobrīd teiktu, - mēs gribam ūdeni, bet negribam maksāt, būtu cita runa. Tādu no viņiem es neesmu dzirdējis,” uzsvēra S.Maksimovs.

Pārvaldnieks atzīst, – problēmas bija

Pagasta pārvaldes vadītājs Andris Višņakovs piekrita, ka problēmas ar ūdeni patiešām bija. Taču divi pandēmijas gadi un ar to saistītie ierobežojumi darīja savu: “Negribu taisnoties, bet atdzelzošanas stacijā pie tehniskās apkopes darbs ir tikai speciālistiem. Paši saviem spēkiem mēs filtrus nomainīt nevarējām, jau bija sarunāta firma, kas to darīs. Covid dēļ viss ievilkās, turklāt arī iepirkuma procedūra ir ilgstošs pasākums – tas nenotiek ne dienas, ne nedēļas laikā. 22.martā atdzelzošanas stacijā granulas tika nomainītas.” Runājot par tuvākajiem darbiem nākotnē, A.Višņakovs pastāstīja, ka šogad plānota arī kanalizācijas skalošana. Kad un kurā laikā tas īsti notiks, viņš vēl nemācēja atbildēt, taču plānots tas ir. No ikdienas darbiem šobrīd svarīga ceļu uzturēšana. “Ja paskatāmies uz degvielas cenām, paši saprotat, ka pagājušogad bija viena samaksa, šogad – jau cita. Ceļu uzturēšanai mums vēl atlikuši 10 tūkstoši eiro. Protams, visi ceļi tiks apsekoti un pieņemts lēmums, kurš ir prioritārais ceļš un kurš kādu laiciņu vēl var pagaidīt. Esmu saņēmis pretenzijas par nelīdzieniem ceļiem. Jā, to es arī esmu izbaidījis, bet ceļi tiks greiderēti pēc reālās situācijas un vajadzības. Protams, notiks arī ikdienas darbi, kā katru gadu – teritorijas labiekārtošana, sakopšana, zāles pļaušana un citi,” pastāstīja pārvaldnieks. Viņš pauda neizpratni un atzina, ka lielākā problēma ir tā, ka pie viņa kā pārvaldnieka sūdzības nonāk pēdējās – viss *pa taisno* aiziet uz novada domi: “Par visu uzzinu tikai tad, kad pašvaldība iesniegumu pārsūta man. Un es tiešām nesaprotu, kāpēc tā? Vispirms būtu loģiski nākt uz pagastu un runāt, nevis rakstīt iesniegumus aiz muguras.”

Pārmet neieinteresētību

Kādēļ situācija izveidojusies tāda, kāda tā ir, klātesošajiem bija gatava paskaidrot Lazdulejas pagasta iedzīvotāja, uzņēmēja MĀRĪTE BERĶE, kura sapulcē vairākkārt uzsvēra, ja cilvēks strādā, rezultāts ir. Ja neko nedara, nekā arī nav. “Visas problēmas sākās ar to, ka pārvaldnieks neapmeklēja darbu. Viņš nezina, kāda ir situācija un kas te notiek. Par sliktu ūdens spiedienu es Andrim teicu jau decembrī, bet pārvaldnieks visu laiku atjokojās. Viņu brīdināju, ka vairāk nejokošu un zvanišu domei, ko arī izdarīju. Kā sāku ziņot novadam, sākās kaut kāda kustība. Cilvēks nezina, kas te notiek, viņam par to grūti spriest. Bet mēs Lazdulejā dzīvojam diendienā. Kāpēc es ar viņu runāšu, ja viņš visu pārvērš jokā?” jautāja uzņēmēja. Viņa norādīja, ka laikā, kopš pagastu vada Andris Višņakovs, kanalizācija nav tīrīta ne reizi, pavasarī un rudenī applūda 3-stāvu mājas pagrabi: “Tāda ir attieksme pārvaldei pret saviem iedzīvotājiem, un tas nav tikai mans viedoklis, tas ir visu šeit sanākušo cilvēku viedoklis. Ja novads mūsos neieklājusies un nepalīdzēs ar pārvaldnieka maiņu, meklēsim citas iespējas, jo šis vairs nav izturams.”



Zina risinājumu, bet šim pārvaldniekam to neteiks

Savs sakāmais bija arī bijušajam kolhoza priekšsēdētājam, īsu brīdi arī pagasta priekšsēdētājam ALDONIM KOMANAM. Jau pagājušā gada novembrī viņš pārvaldnieku aizvedis uz pagasta attīrīšanas iekārtām, kur akām ir par diviem metriem augstāks līmenis, nekā tam jābūt, līdz ar to kanalizācija nāk atpakaļ līdz pat līvānu mājām. “Konstatējam, ka astoņas akas ir ciet vienā virzienā, astoņas – otrā un nekas nestrādā. Turklāt tuvojas ziema. Ar mani atnākušie kungi pateica, – te viss ir kārtībā, pagriezta muguras un aizgāja uz pagastu. Tā tas bija. Nesen apstaigāju riņķi ap attīrīšanas iekārtām un dabūju vienkāršu, labu risinājumu – tikai es tev, Andri, to neteikšu. Es gribētu nākamo priekšnieku redzēt un tam pateikt. Piedod, līdz tam tu visu esi novedis,” neslēpa Aldonis Komans. Savukārt JURIS SUPE vēlējās izteikties par ceļiem. “Jūs runājat par greiderēšanu un cenām, bet es gribu parunāt par greiderēšanas kvalitāti. Pēc ceļa nogreiderēšanas tas vispār nebija izbraucams. Rudenī gribēju pasaukt novada vadību paskatīties, bet vienkārši pakaunējos. Vasarā starp risēm izauga zāle, nobrauca greiders, un divas trešdaļas zāles uz ceļa arī palika. Jā, ceļi ir slikti, 30 gadus šim ceļam nekas nav darīts, pirms kādiem 20 gadiem vienu reizi laikam grants krava tika atvesta. Saprotu, ka tas skaitās mazperspektīvs ceļš. Es laikam drīz nomiršu, man nevajadzēs, bet vēl viens kaimiņš mums tur ir. Man vienkārši žēl. Pirms 30 gadiem es šo ceļu būvēju, bet tagad to pat godīgi nogreiderēt nevar. Izdriet darbu, kā vajag,” viņš lūdza.

Savukārt uzņēmējs DMITRIJS DIMITRIJEVS pārvaldnieku aicināja saskatīt kanalizācijas akas un apskatīties, cik no tām virsū ir lūkas. “Jūs taču zināt, ka mums kanalizācijas lūkā guļ beigta stirna? No kuras dienas viņa tur vājās? No vēla rudens? Un tā beigtā stirna tur atrodas joprojām. Pirmās fotogrāfijas ar sasalušo beigto stirnu novada vadībai aizsūtījām vēl pagājušajā gadā. Tagad ir aprīļa beigas, bet joprojām nekas nav mainījies! Andri, slēdzam pagastu ciet, un viss! Mums tādu nevajag,” teica sašutušais lazdulejietis.

Dialoga vietā – divi monologi

Iedzīvotāju stāstītais bažīgu darīja arī novada vadību un deputātus. AIJA MEŽALE atzina, ka par šīm problēmām jau runāts kādā citā tikšanās reizē. “Pēc šodien dzirdētā saprotu, ka jautājumi nerisinās. Bet, ja šitiek ilgu gadus ar iedzīvotājiem ir nesaskaņas, jāmeklē risinājums. Vai tā ir komunikācijas problēma, vai pie vainas darbinieki, vai pārvaldnieka attieksme, redzu, ka nekas nav mainījies. Jūs katrs ejat savu ceļu – iedzīvotāji ir pret pārvaldnieku, un tas nav normāli. Mani šī situācija ļoti satrauc, neskatoties uz to, ka pagastā ir arī labas lietas izdarītas.” Savukārt deputāte RUTA CIBULE atzina, ka viņa visvairāk uztrauc, ka pārvaldnieks sapulces laikā ne par vienu savā adresē izteikto pārmēti nepateica, – es esmu vainīgs, piedodiet! “Tas nav pieņemami. Andri, Tu nevienā vietā neatzīsti nekādu savu kļūdu! Ja visa zāle runā, ka kaut kas nav kārtībā, esi taču kaut cik saprātīgs un pasaki, – esmu vainīgs, esmu nokavējis, neesmu izdarījis... Šeit nav dialoga, šeit ir divi monologi. Jums ir jāšķiras. Pagastā, kurā ir mazliet vairāk nekā 100 iedzīvotāji, pārvaldnieks varētu katru dienu ar kādu iedzīvotāju grupu tikties un visas šīs lietas izrunāt. Jūs taču esat kā ģimene – vismazākais pagasts ar

Iedzīvotājiem ir, ko pārmet. Sapulces laikā pagasta pārvaldniekam tika veltīti dažādi pārmēti – par uzcelto jauno šķūni, kas nav ekspluatējams, par iztīrīto pagasta dīķi, kurā nobeigušās zivis, par GMI darba veicējiem un tā dēvētajiem simtlatniekiem, kuri īsti neko nedara. Lai arī pārvaldnieks uz daudziem pārmētiem atbildēja, iedzīvotāji uzskata, ka viņš nevēlas iedzīlīnāties problēmās un skaidrot cilvēkiem nesaprotamās lietas.

Nav tas velns tik melns, kā viņu mālē. “Man liekas, ka dzīvoju mazliet uz citas planētas. Es aizbraucu uz darbu tumsā un atbraucu tumsā, laikam daudz ko neredzu. Jā, ir mums problēmas, bet ir lietas, kurām nepiekrītu,” teica lazdulejiete Jana Komane. Viņa



Foto - A.Kirsanovs

uzsvēra, – nav tas velns tik melns, kā viņu mālē. “Mīļie cilvēki, savās mājās mēs paši vislabāk zinām, cik mums aku un kuras ir vajā. Un ne jau Andris to lūku nozaga un aizstiepa projām. Kā ir ar mūsu pašu apziņu? Kas pie mūsu mājām atnāk, nozog metālu, saskrāpē mašīnas un vēl kaut ko. Kāpēc nerunājam par to? Sāksim ar sevi. Par ceļiem – jā, piekritu, vienu reizi pa ziemu bija slikti iztīrīts ceļš, bet es katru dienu esmu tikusi uz un no darba. Par ūdens spiedienu nevaru sūdzēties un kanalizāciju arī. Nevar viss būt tikai slikti. Paldies pašvaldībai, ka vismaz tagad mums ir ansamblis, notiek pasākumi. Mēs nākam dziedāt un uzstāties, kaut gan smejamies, ka to darām paši sev par prieku. Mīļie cilvēki, jums kaut kas interesē, izņemot vienam otru grauzt? Ja mēs sāktu ar sevi? Varbūt paši varam vairāk sanākt un runāt? Es, piemēram, priecājos par katru uzlabojumu pagastā, un tādi mums arī ir.”

vismazāko iedzīvotāju skaits. Ar nerunāšanu nekā nebūs,” pārliecināta novada deputāte.

Lielākā bēda – attieksme

Nenoliedzami, Lazdulejas pagasts ir skaists un sakopts, un iedzīvotājiem ir arī, par ko priecāties, – atzina novada vadība. Bet, kā uzsvēra Sergejs Maksimovs, jebkura veiksmes stāsta pamatā ir attieksme. “Iespējams, te diskusija ir par attieksmi. Es, piemēram, būtu pacenties izvilkto stirnu no kanalizācijas līdz sapulcei. Jāsaprot, ka mēs, pašvaldības darbinieki, esam, lai palīdzētu cilvēkiem. Arī pašvaldībā ir daudz nepilnību, bet, šādi komunicējot, varam padarīt dzīvi saprotamāku un labāku. Jā, saruna nebija no patīkamākajām, bet kopīgi mēģināsim risināt šos jautājumus. Negribu teikt, ka tagad mēs aizbrauksim un es rakstīšu rīkojumu, ka Andris Višņakovs ir atbrīvots no darba. Tā nebūs. Bet mēs jūs sadzirdējam un noteikti izrunāsim ar pārvaldnieku, ko varam darīt, lai jūs šeit dzīvotu ilgi un laimīgi,” apsoliya novada vadītājs. Savukārt izpilddirektore DAINA TUTIŅA lazdulejietiem pastāstīja, ka jau drīzumā Latvijā būs jauns pašvaldību likums, kas paredz veidot iedzīvotāju padomes: “No šodienas tikšanās redzam, cik svarīga ir komunikācija starp iedzīvotājiem un pašvaldību un cik svarīga būtu šāda padome. Jūs esat maza, forša kopiena, nāciet kopā, runājiet, sniedziet priekšlikumus pašvaldībai. Tas būs solis uz savstarpēju komunikāciju, uz sadarbību un problēmu risināšanu.”

Pieredze

Izvēlas mākslas pasauli un iepazīst Venēciju

Zinaida Logina

KRISTĪNE ERCIKA ir izglītības programmas menedžere Rīgas Starptautiskās laikmetīgās mākslas biennālē, kas ir lielākā laikmetīgās mākslas institūcija Baltijā, paralēli studē Latvijas Mākslas akadēmijā, Mākslas vēstures nodaļā. Viņa piepildījusi sapni par Venēciju, arhitektūras biennālē pastrādājot par kultūras mediatoru. Šobrīd gan darbs pie jaunās izstādes veidošanas apturēts, lai fokusētos uz palīdzības sniegšanu Ukrainas bēgļiem, kopīgi ar kolēģiem izveidojot kopienas centru "Commonground.lv".

Bija skaidrs – nākotni saistīs ar kultūru

Jau mācoties Balvu Valsts ģimnāzijā, Kristīnei Ericikai bija diezgan skaidrs, ka savu nākotni saistīs ar kultūru. "Atceros, ka ļoti interesēja teātris – spēlēju Balvu Tautas teātri, patika arī literatūra un māksla. Tie vienmēr bija priekšmeti, kuros centos iedziļināties vairāk, kuriem pievērsu lielāku uzmanību un jau toreiz centos sekot līdzi šīs jomas notikumiem Latvijā. Vidusskolā uzrunāja stundas pie Irēnas Šaicānes – gan vēsture, gan kultūras vēsture, tāpēc, beidzot vidusskolu, bija loģiski mēģināt iestāties kādā ar kultūru saistītā augstskolā. Domāju, ka lielākajai daļai skolotāju vidusskolā bija skaidrs, ka par bioloģi vai ķīmiķi nekļūšu, un jutu atbalstu savām interesēm par kultūru. Izcilas skolotājas bija Vita Romanovska un Irēna Šaicāne – abas man kalpoja kā paraugs tam, kāds izskatās skolotājs, kurš mīl savu darbu, ir tajā ar sirdi un dvēseli, un kuram patiešām rūp savi skolēni. Pēc vidusskolas paveicās iestāties Latvijas Kultūras akadēmijā," atmiņās dalās Kristīne.

Ieinteresē laikmetīgā māksla

Studēt jaunieta izvēlējās Starpkultūru sakaru programmā Latvija – Itālija. Viņa neslēpj, ka tas nebija īstais mērķis, jo sniedza dokumentus vairākās programmās, taču ļoti gribēja studēt tieši Latvijas Kultūras akadēmijā. "Jāatzīst, ka manī vienmēr bijusi zināma fascinācija par tieši šīs valsts specifisko kultūru. Šajā studiju novirzienā papildus pārējai studiju programmai pavērās iespēja apgūt arī jaunu valodu," saka Kristīne. Studējot viņa iepazīst kultūras dzīvi – apmeklēja muzejus, izrādes, operu, izstādes, iepazīst ar jaunajiem profesionāļiem, ar kuriem joprojām ir labos draugos. "Šajā laikā tā pa istam radās interese par laikmetīgo mākslu, jo līdz tam biju diezgan lielā neizpratnē par to, kas tas ir un kāpēc mūsdienu māksla ir tik savāda, robežojoties, manuprāt, pat ar šokējošu un neestētisku sniegumu. Paralēli studijām, kā jau daudzi studenti, strādāju par auklīti – sākumā radnieku ģimenē, vēlāk kā animators restorānā, kur pieskatīju bērnus noteiktos laikos. Mans pirmais īstais darbs bija Latvijas Nacionālajā mākslas muzejā, kur strādāju par eksponātu uzraugu. Arī tur iepazīnos ar dažādiem interesantiem cilvēkiem un interese par laikmetīgo mākslu kļuva arvien izteiktāka," pārdomas atklāj jaunieta.

Nav nepareizu atbilžu

Ģadu vēlāk paralēli darbam Latvijas Nacionālajā mākslas muzejā Kristīne sāka strādāt arī "Kim?" – laikmetīgās mākslas centrā kā galerijas asistente. "Vadīju nodarbības bērniem, pieaugušajiem, senioriem, cilvēkiem ar īpašām vajadzībām, arī ekskursijas mākslas profesionāļiem. Iepazīnos ar māksliniekiem, mākslas pasaules aizkulisēm, daudz runāju ar apmeklētājiem, un laikmetīgās mākslas pasaule un mākslas pedagoģija sāka šķist arvien interesantāka. Dažādi skatījumi no mākslinieku puses, kas ļauj runāt par sabiedrības norisēm, koncepti, kas liek pārdomāt zināmo, nojauc standartus vai maina skatījumu. Fascinējoši šķiet, ka laikmetīgajā mākslā nav nepareizo atbilžu, to nav iespējams apgūt kā mākslas vēsturi – caur noteiktiem posmiem, un tā nekad nav vienkārši saprotama. Katrs mākslinieks piedāvā savu konceptu, savas idejas. Katrs mākslas darbs jāizpēta no jauna, pieprasot prāta atvērtību. Tas ir tāds nebeidzams mācīšanās process, un man tas šķiet aizraujoši. Pēc pusotra gada "Kim?" man piedāvāja galerijas koordinators darbu, kas jau bija nopietna un liela atbildība," vērtējoši saka Kristīne.

Kultūras pasauli paralizēja vīruss

Jaunieta nolēma padziļināt zināšanas un iestājās Latvijas Mākslas akadēmijā (LMA), Mākslas vēstures nodaļā. Paralēli turpināja strādāt "Kim?" un smejas, ka, būdama kārtīga



Kristīne Ericika. Viņa nekad nav atbalstījusi ideju, ka māksla domāta tikai īpaši cilvēku kategorijai ar specifiskām zināšanām. Strādājot viņa to vienmēr centusies uzsvert un akcentēt. Nav vērts radīt mākslu, ja cilvēkiem šķiet, ka tā nav domāta viņiem. Šobrīd viņa ar bērības draugu un mākslinieku scenogrāfu Andri Kaļiņinu kopīgi strādā pie viņa personalizētās "Klusā daba nav daba, bet ir", kurai ir kuratore un izglītības programmas veidotāja. Izstāde Balvu Novada muzejā plānota septembrī.

darbaholiķe, pa vakariem strādāja Latvijas Nacionālajā teātrī. "Biju mazliet sailgojusies pēc teātra pasaules, tāpēc, apvienojot patīkamo ar lietderīgo, piestrādāju arī tur. Diemžēl, sākoties Covid-19, nācās nedaudz pārplānot savu dzīvi un paņemt pārtraukumu no studijām LMA. Šis laiks ieviesa diezgan daudz pārmaiņu – atceltas izstādes, kultūras notikumi... Uz brīdi šķita, ka visa kultūras pasaule bija paralizēta," atceras jaunieta.

Sniedz palīdzību bēgļiem no Ukrainas

Aizvadītā gada vasarā viņai pavērās brīnišķīga iespēja doties strādāt uz Venēciju – arhitektūras biennāli, savukārt pēc atgriešanās saņēma darba piedāvājumu no Rīgas Starptautiskās laikmetīgās mākslas biennāles, kas ir lielākā laikmetīgās mākslas institūcija Baltijā. Šobrīd viņa tur strādā par izglītības programmas menedžeri, apvienojot laikmetīgo mākslu un mākslas izglītību. "Šobrīd gan esam uz brīdi apturējuši darbu pie izstādes veidošanas, lai fokusētos uz palīdzības sniegšanu Ukrainas bēgļiem, kopīgi izveidojot kopienas centru "Commonground.lv", saka Kristīne.

Sapnis par Venēciju piepildījās

Jaunieta atzīst, ka par Venēciju sapņojusi jau divus gadus pirms tam, - ļoti vēlējusies nokļūt praksē Pegijas Gugenheimas muzejā, taču uz šo praksi vienmēr ir milzīgs starptautisks konkurss. "Abi mēģinājumi tur nokļūt diemžēl tika noraidīti. 2021.gada sākumā labs draugs pārsūtīja darba sludinājumu ar iespēju strādāt Eiropas kultūras centra organizētajā Venēcijas arhitektūras biennālē. Venēcijā vienlaikus notiek divas biennāles – slavenā un visiem zināmā un paralēli Eiropas Kultūras centra (ECC) organizētā, kas ir nedaudz mazāk zināma un atšķiras ar to, ka mākslinieki un arhitekti divos pils dārzos irē sava mākslas darba izstādīšanas vietu, taču abas biennāles sadarbojas un apmeklētāji parasti arī dodas uz abām. Tai vajadzēja notikt 2020.gadā, un draugs bija pieteicies tur strādāt, bet kovida dēļ visu pārcēla gadu vēlāk, viņam šī vakance tobrīd nebija aktuāla, tāpēc informāciju pārsūtīja man. Nosūtīju savu CV un motivācijas vēstuli, bet īpaši necerēju, ka no tā kaut kas varētu iznākt. Sekoja divas intervijas un saņēmu uzaicinājumu doties uz Venēciju," prieku par sapņa piepildīšanos pauž Kristīne. Latvijā aizvadītā gada maijā vēl bija diezgan stingri kovida ierobežojumi, bet Itālijā bija nedaudz vieglāk, taču tūristi vēl nejutās tik droši, lai ceļotu, līdz ar to viņa piedzīvoja gadsimta iespēju Venēciju redzēt bez tūristiem – klusu un mierīgu. "Atceros, kā vienā no pirmajām dienām aizgāju uz Svētā Marka laukumu, kur ik pa brīdim tikai kāds no vietējiem, savās darīšanās pat neapstājoties, gāja tam pāri. Nebija burzmas uz Rialto tilta un pavisam mierīgi varēja pārvietoties pa ieliņām," stāsta Kristīne piebilstot, ka strādājusi *palazzo Mora* un *giardini di Marinaressa* kā kultūras mediators, kas nozīmē, ka vajadzēja vadīt gan

ekskursijas, gan pieskatīt izstādi.

Lieliska iespēja iegūt jaunus kontaktus

Tā kā Kristīnei bija vairāk pieredzes nekā kolēģiem, tad ekskursijas viņa vadīja tieši mākslas profesionāļiem, muzeju un galeriju īpašniekiem, un tā bija lieliska iespēja iegūt jaunus kontaktus. "Arī visi kolēģi bija interesanti un fantastiski – no Spānijas, Turcijas, Vācijas, Francijas un pašas Itālijas – mēs joprojām sazināties gan "Zoom", gan sociālajos tīklos, viens otru atbalstām. ECC ir ļoti atvērts un ieklausās, ko darbinieki gribētu darīt papildus, līdz ar to izdevās noorganizēt arī pāris nodarbības bērniem ar autismu. Tās notika *giardini* jeb dārzos ar nelielu ekskursiju un meistarklasi pēc tam. Venēcija, protams, pati par sevi ir fantastiska vieta – pilna ar mākslu, skaistumu, vēsturi un dažādām garšas baudām vislabākajās Itālijas tradīcijās. Sevišķi interesanti bija pavadīt laiku ar vietējiem, kuri parādīja vietas, ko nezina tūristi un kas nav atrodamas arī ceļvežos. Neskatoties uz to, mana vismīļākā nodarbe brīvās dienas, neskaitot muzeju un galeriju apmeklēšanu, bija vienkārši maldīties pa mazajām ieliņām, pētit mājas, sēdēt kanālmalās un pusdienlaika noguruma mirkļos apsēties kādā kafējnicā uz *aperol spritz* un pusdienām," par dzīvi Venēcijā saka Kristīne. Viņa smejas, ka pagājusi vasara aizritēja, pašai šķiet, gandrīz kā filmā – starp mākslu, iedvesmu un zilo lagūnu. Jaunieta nav droša, vai gribētu tur dzīvot un strādāt, bet atgriezies vēlētos noteikti, jo Venēcija viņas dzīvē paliks kā ļoti īpaša vieta.

Izveido kopienas centru "Commonground.lv"

"Mākslā nav vietas snobismam, bet prioritātei jābūt apmeklētājam, jo nav vērts radīt mākslu, ja cilvēkiem šķiet, ka tā nav domāta viņiem. Man ir ļoti paveicies strādāt vietā, kur visi domā līdzīgi. Šķita nepareizi domāt par izstādi brīdī, kad cilvēkiem nepieciešama palīdzība, tāpēc tās izveidi uz brīdi apturējām, lai radītu kopienas centru, kur bēgļiem pavadīt laiku. Lai arī valsts sniedz atbalstu, tas neietver emocionālo pusi. Šobrīd, gandrīz mēnesi vēlāk, *Common ground* centrs jau nostājies pats uz savām kājām – to vada sieviete no Ukrainas. Sāk darboties mentoru programma, ir pieejama bibliotēka, rotaļu istaba pavisam maziem bērniem, klusuma telpa, spēļu telpa lielākiem bērniem, kopīgas darba telpas. Notiek gan ukraiņu, gan vietējo vadītas nodarbības. Ģimenes, kuras šeit ieradušās, var saņemt dažāda veida palīdzību – no apģērba un citām nepieciešamajām lietām līdz psihoterapijai un morālam atbalstam. Nepieciešama sapratne, sarunas un ieklausīšanās. Cilvēcība. Mērķis bija izveidot šo vietu un nodot to pašiem ukraiņiem, kas nu gandrīz ir sasniegts. Tuvākajā laikā lēnām atgriezīsimies pie izstādes, kurai jau pirms šiem notikumiem kurators devis ļoti atbilstošu nosaukumu "Excercises in respect" jeb latviski "Cieņas vingrinājumi", pastāstīja Kristīne Ericika.

Zinātniski un medicīniski pētījumi

Kā nekļūt par izmēģinājuma trusīti

Maruta Sprudzāne

Tiešsaistes diskusijā aktualizēja tēmu par iedzīvotāju iespēju iesaistīties zinātniskos un medicīniskos pētījumos, kā arī pētnieku atbildību, lai cilvēki nekļūtu par izmēģinājuma trusīšiem. Sniedza atbildes uz jautājumiem, tostarp, vai piedalīties pētījumā ir pienākums un vai par to maksā?

Daudzpusīgo informāciju bija sagatavojušas Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātes asociētā profesore, LU Dzīvības un medicīnas zinātņu pētījumu ētikas komitejas vadītāja SIGNE MEŽINSKA un biedrības "ParSirdi.lv" vadītāja INESE MAURĪŅA.



Asociētā profesore Signe Mežinska. Viņa sniedza vērtīgu informāciju, ko nozīmē piedalīties biomedicīnas pētījumos, kādas ir dalībnieku tiesības un kāda arī pētījuma autoru atbildība.

Pētījumi ir svarīgi, lai iegūtu un pielietotu jaunus ārstniecības medikamentus un terapiju, pēti arī dažādus datus, iegūtos par pacientu viņa ārstniecības ceļā no diagnozes līdz atveseļošanai. Bez tam ir pacienti, kuriem piedalīšanās konkrētā pētījumā sniedz iespēju būtiski uzlabot veselību, kas dažkārt ir pat viņu dzīvības jautājums. Ja nebūtu pētījumu, nebūtu iespējas uzzināt un ieviest jauninājumus kopējā veselības aprūpes sistēmā. Taču ne mazāk svarīgi cilvēkiem zināt, uz kādiem nosacījumiem iesaista pētījumos, kādas ir viņu tiesības, kā izmantos iegūtos personiskos datus un kāda ir pētnieku atbildība šajā svarīgajā procesā.

Ļoti daudzveidīgi un svarīgi

Profesore Signe Mežinska uzsvēra, ka pētījumi ir aktuāli visā pasaulē, jo medicīna attīstās, cilvēce sper soli uz priekšu un ir ieinteresēta apgūt jaunas terapijas un medikamentus. Biomedicīnas pētījumi vispār nav iespējami bez cilvēku iesaistes, jo tie ir pētījumi par cilvēka ķermeņa iedarbību un veselību. Svarīgi saprast atšķirību starp piedalīšanos pētījumā un cilvēka ārstniecības procesu. Ārstniecības mērķis ir konkrētā pacienta veselības uzlabošana, par ko atbildīgi jā rūpējas viņa ārstam. Savukārt pētījumu galvenais mērķis ir jaunu zinātnisku atziņu iegūšana, kas domātas sabiedrībai kopumā un arī atsevišķām pacientu grupām. Pētījumi var pierādīt jaunu zāļu efektivitāti, to, kāda ārstniecības metode ir efektīvāka par citām. Atsevišķos gadījumos ieguvēji var būt individuāli cilvēki, kuriem pētījums sniedz iespēju piedalīties jaunos izmeklējumos vai lietot jaunas zāles.

Pētījumi mēdz būt ļoti daudzveidīgi. Der zināt, ka tos regulē arī likumi un normatīvie akti. Visstingrāk regulētie ir zāļu klīniskie pētījumi, bet pētījumi notiek arī ķirurģijā un citās medicīnas nozarēs, kas nav saistītas tieši ar zālēm, bet notiek medicīnas iestādēs un skar pacienta ķermeni. Tos regulē pacientu tiesību likums. Latvijā 2002.gadā apstiprināja genomu izpētes likumu. Ir joma, kas saucas "Pacienta datu otrreizēja izmantošana pētījumos", ko arī var izmantot konkrētos pētījumos. Medicīniskā kontekstā notiek arī sociālo zinātņu pētījumi, teiksim, par pacientu apmierinātību ar ārstu darbu, attiecībām un tamlīdzīgi.

Var atteikties jebkurā brīdī

Iesaistoties jebkurā no pētījuma veidiem, iedzīvotājiem ir

stingri noteiktas tiesības. Pirmkārt, tās viņiem garantē informācijas saņemšanu un iespēju uzdot jautājumus, kā arī ne tikai piekrist pētījumam, bet no tā atteikties jebkurā brīdī. Otrkārt, visi pētījumi ir brīvprātīgi, piespiestajos piedalīties nevienu nevar, turklāt, pārtraucot savu dalību pētījumā, cilvēks nedrīkst pēc tam izjust pret sevi pārmetumus vai pasliktinātu mediķu attieksmi. Parasti dalībnieks saņem rakstisku informāciju par pētījumu, ko drīkst paņemt līdzi, lai iepazītos mājās, vajadzības gadījumā arī pakonsultētos, un pēc tam, ja izlēmis piedalīties, dod savu rakstveida piekrišanu. Pētījuma veicējiem noteikti jābūt atbildē, kā viņi rīkosies, ja dalībnieks neturpinās pētījumu, kas tad notiks ar viņa personas datiem un bioloģiskajiem paraugiem. Atsevišķos gadījumos, piemēram, anonīmā anketēšanā, iedzīvotāji var dot arī mutisku piekrišanu.

Lai risku nav vairāk par ieguvumiem

Kas ir pētījumu ētikas komitejas? Tās ir neatkarīgas institūcijas, kuru uzdevums ir izvērtēt pētījuma ētikos aspektus. Latvijā darbojas Centrālā medicīnas ētikas komiteja, kas izvērtē galvenokārt genoma pētījumu aspektus. Var būt arī Veselības ministrijas apstiprinātas pētījumu ētikas komitejas, kā tas ir zāļu klīniskajiem pētījumiem, var būt institucionālas komitejas, kā tas ir augstskolu gadījumā gan Latvijas Universitātei, gan Rīgas Stradiņa universitātei, kas izvērtē zinātnieku un studentu pētījumus. Ļoti svarīgi ir izvērtēt ieguvumu un risku samēru, jo pētījumos mēdz būt arī riski, bet svarīgi, lai risku nav vairāk par ieguvumiem. Vērtē arī, vai pētniekiem ir plāns risku samazināšanai un rīcībai, ja iestājas negaidīti pavērsieni.

Milzīgs datu apjoms

Datu izmantošanas iespējas tagad strauji palielinās. Katrs no mums nepārtraukti atstāj pēdas dažādās datu uzkrāšanas vietnēs. Skaidrs, ka tas interesē arī pētniekus, jo tā ir iespēja jauniem pētījumiem. Tāpēc šobrīd izmanto iespējas, kad cilvēkiem izsniedz sensorus un iegūst datus laika ritmā, ko pēc tam analizē. Digitalizācija paver datu otrreizējas izmantošanas iespēju, un Latvijā tagad diskutē par šo datu izmantošanu likumiskā formā. Viennozīmīgi skaidrs, kā uzsvēra profesore, ka šādi dati izmantošanai ir nākotne, ko nedrīkst ignorēt. Eiropā patlaban ir jauna iniciatīva par genomu, kurā piedalās arī Latvijas biomedicīnas centrs. Mērķis ir apkopot no dažādām valstīm datus par vairāk nekā miljonu Eiropas iedzīvotāju genomiem, kas dos iespēju izvērst starptautiskus pētījumus, lai konkurētu ar ASV un Ķīnu. Protams, iedzīvotāju datu izsekojamība rada arī jaunus riskus un izaicinājumus, saistītus ar viņu privātumu. Izaicinājumi ir arī mākslīgā intelekta iekļaušana pētījumos, jo rodas daudz jautājumu.

Labprātīga laika ziedošana

Jāsaprot, ka pētījums nav vērst uz katra tā dalībnieka interešu īstenošanu. Galvenais ir radīt jaunas zināšanas, kas kalpos sabiedrības veselības uzlabošanai ar jaunām metodēm un zālēm. Gan pacientu organizāciju, gan pašu pētnieku uzdevums ir aizsargāt savus dalībniekus, tāpēc liela loma ir arī personas datu aizsardzības speciālistiem.

Kopējā nostādne ir, ka dalībnieku iesaistīšanās pētījumos ir labprātīga sava laika ziedošana bez atlīdzības. Taču atsevišķos gadījumos, skaidro profesore, dalībnieks var saņemt arī zināmu kompensāciju, teiksim, par ceļa izdevumiem, kad vairākas reizes jā mēro ceļš uz pētījuma centru un jāzaudē pat darba dienas.

Vai cilvēks var iesaistīties klīniskā pētījumā, uzzinājis par šādu iespēju interneta vietnē, un vēlas saņemt zāles, jo slimo ar reti sastopamu slimību? S.Mežinska skaidro, ka pētniekiem ir sava plāns, kādi dalībnieki nepieciešami konkrētajam pētījumam, tāpēc prasības var ierobežot skaitu. Protams, var mēģināt kontaktēties ar pētījuma autoru. Vēl sarežģītāk ir iesaistīties kādā ārzemju pētījumā, jo tā nav ikdienišķa prakse. Vislabāk par savu vēlmi tikt pētītam runāt ar ārstējošo ārstu.

Kas notiks pēc tam?

Latvijā maz runā par tā saucamo pēcpētījuma nodrošinājuma problēmu. Profesore skaidro, ka ar to jāsaprot situācija, kad pētījuma dalībniekiem sasniegts labs rezultāts, lietojot eksperimentālas zāles vai izmantojot jaunu ārstēšanu, bet šo medikamentu pieejamība līdz ar pētījumu izbeidzas. Latvijā šo iespēju neskata arī normatīvie akti. "Dažos gadījumos šis



Izmēģinājumi ir nepieciešami. Pacientu tiesību likums nosaka arī izņēmumus, kad var izmantot pacientu medicīnisko dokumentu datus. Tas var būt pētījumos, ko veic sabiedrības interesēs, ja pacients nav iebildis pret savu datu izmantošanu un nav iespējams kontaktēties ar pacientu, lai iegūtu viņa piekrišanu.

nodrošinājums pacientiem būtu ļoti svarīgs, sevišķi, ja nav alternatīvu medikamentu pētījuma laikā izmantotajām zālēm. Tas nav viegls uzdevums. Eiropā 2018.gada analīze parādīja, ka tikai aptuveni pusei zāļu klīnisko pētījumu nodrošināti kaut kādi pēcpētījuma risinājumi. Nav redzēta šāda veida analīze Latvijā," teica Signe Mežinska.

Biedrības "Par sirdi.lv" vadītāja I.Mauriņa norāda, ka pēdējo gadu informācija liecina, ka cilvēku vēlme iesaistīties dažādos pētījumos samazinās. Ar ko tas būtu skaidrojams? Profesore S.Mežinska uzskata, ka varētu būt dažādi iemesli. Lielākā atsauce ir, ja pacientus uzrunā viņu ārstējošais ārsts. Ja noteicošais kritērijs pētījumam nav konkrēta diagnoze, veselu cilvēku atsauce ir ievērojami mazāka. Vienlaikus tas ir jautājums par sabiedrības zinātnes prātību, par vēlmi iesaistīties jaunumu meklēšanā. Iespējams, zinātnieki par maz stāsta un informē par dažādiem pētījumiem, un iedzīvotājus neaicina tajos piedalīties.

Meklējam atbildi

Kāpēc durvis tik ilgi slēgtas?

"Covid laika ierobežojumi taču beigušies, bet Balvos iedzīvotājiem liegta brīva ieeja Sociālās pārvaldes mājā Raiņa ielā 52. Tur var ienākt tikai nelielajā priekšdurvē, kur ir mazs galdīņš un krēsls, lai aizpildītu kādu dokumentu un iemestu pasta kastītē. Ja ir vajadzība parunāties, uzdot konkrētus jautājumus un galu galā redzēt pašu sociālo darbinieku, tad tālāk durvis ir slēgtas. Šīs iestādes klienti nav tie situētie cilvēki, kuriem ir moderni telefoni un bagātīgas bankas kartes. Atceros, jūsu laikrakstā savulaik izvērtās diskusija par darbinieku ģērbšanās stilu un attieksmi pret apmeklētājiem šajā pašā iestādē. Izskatās, ka darbiniekiem patik izmatot situāciju, lai norobežotos un mazāk redzētu apmeklētājus. Varbūt šoreiz laikraksts var ko līdzēt durvju atvēršanā?" jautā lasītāja.

Pārbaudot uzklauto iedzīvotāja zvanu, "Vaduguns" pārliecinājās, ka 13.aprīlī piesauktās iestādes durvis tiešām apmeklējumam cilvēkiem bija slēgtas. Kāpēc tas tā, vai nav iespējams ko mainīt, jautājām Balvu novada domes priekšsēdētājam. Lūk, ko teica SERGEJS MAKSIMOVŠ laikrakstam vēl pirms Lieldienām, 14.aprīlī:

-Sociālā pārvalde aicina iedzīvotājus pirms sava apmeklējuma tomēr sazināties ar darbiniekiem un pieteikties apmeklējumam. Taču tagad iestādes durvis ir atvērtas. Durvju aizvēršanu skaidro ar to, ka vairāku darbinieku nav uz vietas, bet tas nenozīmē, ka viņi izvairās no klientiem. Nesaku, ka durvju aizvēršana ir laba lieta, bet esam vienojušies, ka durvis būs atslēgtas. Tas, protams, nav labas pārvaldības princips, un, iespējams, kādam iedzīvotājam radījies nepatiku.

Iekļaujošās izglītības pasākums

Atkal kopā roku rokā

Irēna Tušinska

22.aprīlī Eglaines pamatskolā jau deviņo reizi norisinājās iekļaujošās izglītības pasākums “Kopā roku rokā”, kurā piedalījās arī labklājības ministrs Gatis Eglītis, Balvu novada domes priekšsēdētājs Sergejs Maksimovs un citi novada pašvaldības pārstāvji. Taču galvenā uzmanība šoreiz bija veltīta bērniem ar lielākiem vai mazākiem attīstības traucējumiem, kuri pie Eglaines pamatskolas skolēniem ieradās ciemos no Gulbenes 3.pirmsskolas izglītības iestādes, Tirzas pamatskolas, Tilžas vidusskolas, Stacijas pamatskolas, Preiļu 1.pamatskolas, kā arī dienas aprūpes centra Lazdukalnā. Šiem bērniem tā bija iespēja sajūties svarīgiem un novērtētiem, parādīt pašu sagatavotos priekšnesumus, izbaudīt atrakcijas un iemācīties kaut ko jaunu radošajās darbnīcās. Savukārt pedagogi izmantoja izdevību dalīties pieredzē un aizgūt no kolēģiem jaunas metodes darbā ar īpašiem skolēniem.

Labklājības ministra Gata Eglīša vizīte Balvu novadā sākās ar Dienas aprūpes centra pilngadīgām personām ar garīga rakstura traucējumiem un bērniem ar funkcionāliem traucējumiem Lazdukalnā apmeklējumu, pēc kura viņš pievienojās pasākuma “Kopā roku rokā” dalībniekiem un noskatījās bērnu sagatavoto koncertu. Pēc tam ministrs apmeklēja Latgales reģionālo atbalsta centru “Rasas pērles”, viesojās Nodarbinātības valsts aģentūras Balvu filiālē, Balvu novada Sociālajā pārvaldē un Bāriņtiesā, bet dienas noslēgumā tikās ar Balvu Teritoriālās invalīdu biedrības pārstāvjiem.

Uztrauc asistentu sociālā neaizsargātība

Tiekoties ar Eglaines pamatskolas pedagogiem, G.Eglītis uzzināja, ka skolā šobrīd mācās 64 izglītojamie, 21 skolēns apgūst speciālo izglītības programmu un septiņi no viņiem ir bērni ar smagiem mācību traucējumiem. Skolas direktore Ilze Burka kopā ar speciālās izglītības pedagogi Aiju Plušu un audzinātāju Antru Ķikusti izrādīja viesiem apvienotās speciālās izglītības klases telpas, kā arī norādīja uz dažām problēmām. Lielākās neskaidrības radījuši Ministru kabineta šī gada 11.janvārī pieņemtie noteikumi Nr. 11, kas sarežģī kļāšu apvienošanas iespējas, kā arī prasīs piesaistīt vairāk pedagogu vai arī kādam no speciālās izglītības programmas bērniem atteikt turpmāko apmācību šajā skolā. G.Eglītis solīja tuvāk iepazīties ar MK noteikumiem un meklēt risinājumu šai problēmai.

Skolas direktore Ilze Burka pastāstīja, ka šobrīd mācību iestādē strādā septiņi speciālās izglītības programmas asistenti, kuri piesaistīti bērniem ar autiskā spektra traucējumiem. Tā kā šobrīd asistenti saņem samaksu par nostrādātajām stundām, gadījumā, ja viņi saslīmst vai saslīmst bērns, kuram viņi asistē, šie darbinieki nesaņem slimības pabalstu. Tāpat asistenti nesaņem atalgojumu skolu brīvlaika laikā. Viņiem nav arī citu sociālo garantiju. Direktore uzsvēra, ka sevišķi lielas problēmas asistentiem radās attālinātajā mācību procesā pandēmijas laikā – dažkārt viņiem nācās ar bērniem strādāt ārpus telpām, tā kā ne visi bērnu vecāki vēlējas, lai darbs norisinās mājās.

Uz žurnālistes jautājumu par sasāpējušo speciālās izglītības asistentu sociālajām garantijām ministrs pastāstīja, ka jau šonedēļ valdībā spriedīs par 1.grupas bērnu invalīdu

asistentu stundu atalgojuma aprēķina formulām ar mērķi palielināt atalgojumu. Savukārt, runājot par to, ka bērnu ar attīstības traucējumiem katru gadu kļūst aizvien vairāk, bet speciālo pedagogu, logopēdu un citu šāda veida speciālistu noslodze nemitīgi pieaug, turklāt nereti viņi dara vairāk, nekā paredz viņiem piešķirtā darba slodze, ministrs uzsvēra, lai gan šo speciālistu darba samaksa pārsvarā gulst uz pašvaldību pleciem, viņš saprot arī to, ka pašvaldības budžetam jānodrošina tik daudz vajadzību, ka ne vienmēr visam pietiek. “Tas bieži vien atkarīgs no pašvaldības rocības. Mēs no valsts puses, piemēram, sociālajiem darbiniekiem šogad subsidējam 20% piemaksas pie algas, tāpat arī sociālajiem aprūpētājiem šogad piemaksājam pie algas, lai sasniegtu vismaz minimālo algas likmi. No ministrijas puses darām visu mūsu iespēju robežās,” apgalvoja ministrs.

Neskatoties uz problēmām, ar ko Lazdukalna pamatskola saskaras, realizējot speciālās izglītības programmas, direktore Ilze Burka uzsvēra, ka ieguvumu šādai iekļaujošajai apmācībai ir ļoti daudz. Turklāt ieguvēji ir ne tikai īpašie bērni, bet arī pārējie, kuri mācās pieņemt cilvēkus ar īpašām vajadzībām.

Aicina dāvēt mīlestību un iejūtību

Uzrunājot pasākuma “Kopā roku rokā” dalībniekus, skolas direktore Ilze Burka aicināja dāvēt viens otram laiku, smaidus, mīlestību un sapratni, iejūtību un prieku par satikšanos. Viņa uzsvēra, ka īpašs prieks ir satikties pēc ilgā pandēmijas pārtraukuma. “Kopā būšanas prieks rodas tikai kopā darbojoties – gan radoši, gan sportiski, gan kopīgās sarunās, gan kopīgi mācoties,” atgādināja skolas direktore.

Labklājības ministrs Gatis Eglītis pateicās par uzaicinājumu un uzsvēra, ka viņa un kolēģes izglītības ministres Anitas Muižnieces kopīgs uzdevums ir veicināt, lai visi bērni valstī var mācīties kopā, lai visiem vienaudžiem ir iespēja kopā iegūt kvalitatīvu izglītību neatkarīgi no ģimenes sociālā vai ekonomiskā stāvokļa, neatkarīgi no funkcionāliem traucējumiem: “Mūsu sabiedrība iet uz šo mērķi. Mūsu piemērs šajā ziņā ir Eiropas zemeļvalstis, kur šo bērnu iekļaujošais process un iekļaujošā izglītība visiem jau sen ir pašsaprotama. Ieguvēji ir visi bērni, jo viņi iemācās rūpēties arī par citiem bērniem, kuriem iet grūtāk. Īpašs paldies pedagogiem, kuri ikdienā veic smagu darbu, lai dotu izglītības iespējas bērniem ar attīstības traucējumiem.” Ministrs puda uzskatu, ka pēdējo gadu laikā situācija šajā jomā, kā arī sabiedrības izpratne ir uzlabojusies, un bērni ar dažāda veida īpašām vajadzībām spē iekļauties izglītības sistēmā.

Savukārt Balvu novada domes priekšsēdētājs Sergejs Maksimovs atgādināja par drosmi, kas nepieciešama bērniem, lai uzstātos publiskā priekšā. Viņš paslavēja skolēnus, kuri pārvarot lampu drudzi, priecēja klātesošos ar saviem priekšnesumiem, kā arī teica sirsnīgu paldies skolotājiem, kuri ieguldījuši milzīgu darbu, lai šis pasākums taptu. “Mēs esam tik dažādi un tikai visi kopā varam padarīt mūsu sabiedrību labāku un patīkamāku,” secināja domes priekšsēdētājs.

Novada Izglītības pārvaldes vadītāja Inese Circene, kura šajā pasākumā piedalījās pirmo reizi, uzsvēra, ka šodienas dzīves steigā ir svarīgi kaut uz mikli apstāties, ieraudzīt citādo, kas mums apkārt: “Ir ļoti svarīgi, kā mēs, pieaugušie, šo citādo pieņemam. Reizēm pietiek vienkārši apstāties, pamanīt un atbalstīt.



Ciemiņi izbauda koncertu. Tā kā pasākuma tēma bija “Putni”, tā vadītāja Pūcīte, kuras lomā iejutās speciālās izglītības audzinātāja Antra Ķikuste, iedrošināja mazos māksliniekus, kā arī katram dalībniekam pasniedza pateicību un mazas balviņas. Saldas dāvanīņas par pareizi sniegtām atbildēm saņēma arī viesi (foto).



Ciemos aprūpes centrā. Dienas aprūpes centra vadītāja Daira Apšeniece ne vien iepazīstināja ministru ar nesen atklātajām, glīti iekārtotajām telpām un dienas centra klientu līdz šim uzmeistarotajiem rokdarbiem, bet norādīja arī uz dažām problēmām un vajadzībām, piemēram, ilgo gaidīšanu rindā uz klientu izvērtējumu. Viņa izteica arī vajadzību pēc speciālā transportlīdzekļa.

Gribu visiem šeit teikt paldies, ka šodien esat mazliet apstājušies un atbalstījuši šos bērnus. Gribu milzīgu paldies teikt visiem tiem pedagogiem, kuri strādā iekļaujošajā izglītībā. Domāju, ka no šī pasākuma katrs aizies ar jaunu motivāciju un jaunu dzinuli kopējam darbam un sadarbībai.”

Skolotāji arī mācās

Kamēr bērni piedalījās radošajās darbnīcās, sešu skolu speciālie pedagogi tikās seminārā, izmantojot iespēju izziņāt kolēģu pieredzi, kā arī apgūt jaunas darba metodes. Pirmā ar savu ilggadējā darba pieredzi iepazīstināja Tirzas pamatskolas sākumskolas pedagoģe Ilze Vajevska. Viņa pastāstīja par iekļaujošās izglītības sistēmu, kas kopš 2006.gada izveidota Tirzas pamatskolā. “Gadu gaitā esam sapratuši, ka ir ne tikai speciālās, bet arī individuālās vajadzības, kuru ir ļoti daudz. Tagad tās sāk saukt par papildvajadzībām. Daudz esam mācījušies, kā izprast šos bērnus, kā viņiem palīdzēt. Esam mainījuši savu domāšanu un ieguvuši ticību, ka katrs bērns – cits ātrāk, cits lēnāk – var sasniegt kaut mazumiņu. Strādājam ar vecākiem un sabiedrību, mērķtiecīgi veidojam iekļaujošu vidi. Mūsu mērķa grupas ir bērni ar speciālām vajadzībām – ar mācīšanās un garīgās attīstības traucējumiem, kā arī bērni ar papildus vajadzībām.” Ar lielu interesi klātesošie noklausījās I.Vajevskas stāstījumu par pieredzi darbā ar skolēnu, kuram ir selektīvā mutisma iezīmes. Noslēgumā pedagoģe uzsvēra, ka viens no lielākajiem iekļaujošās izglītības



Saka paldies. Pasākuma krustmāte, speciālā pedagoģe Aija Pluša, puda gandarījumu par iespēju pēc pārtraukuma jau deviņo reizi tikties ar pārējām skolām, kas īsteno speciālās izglītības programmas. Viņa sveica visus dalībniekus un pasniedza dāvanas. A.Pluša priecējās, ka šogad bērniem piedāvāto aktivitāšu klāstu papildināja arī piepūšamās atrakcijas, ko sponsorēja vietējā biedrība “Neatkarība Balta”, bet dienas aprūpes centra darbinieki novadīja radošās darbnīcas, vienā no kurām bērni izmēģināja kaut ko nebijušu – lielo ziepju burbuļu veidošanu.

plusiem ir tas, ka, pabeidzot skolu, bērns nepaliek viens, jo skolā ir ieguvis draugus, un nereti šie draugi viņu atbalsta arī turpmākajā dzīvē.

Savukārt pedagoģes Līga Žohova un Inese Laizāne no Gulbenes pirmsskolas izglītības iestādes “Auseklītis” ierādīja pedagogiem dažas praktiskas iemaņas, pastāstot un ļaujot izmēģināt silto smilšu un dabas vides estētikas metodikas.

Foto - A.Kirsanovs

Foto - A.Kirsanovs

Foto - A.Kirsanovs

Ziemeļlatgales nevalstisko organizāciju Gada balva

“Dod, Dieviņ, otram dot...”

Ingrīda Zinkovska

Līdz šim populārākā Gada balva Balvu novadā saistās ar uzņēmējdarbību, tagad tai pievienojusies Ziemeļlatgales nevalstisko organizāciju Gada balva, ko pasniedza Ziemeļlatgales NVO pasākumā, svinīgajā ceremonijā “Sprēslika”, kas piektdien, 22.aprīlī, notika Balvu Kultūras un atpūtas centrā – pirmajā šādā pasākumā Ziemeļlatgalē! Bet cerams, ne pēdējā.

Kas ir nevalstiskās organizācijas? “Nevalstiskās organizācijas rodas, lai apmierinātu kādu sabiedrības vajadzību, kuru nerisina ne valsts, ne pašvaldība, ne biznesa struktūras,” teica novada kultūras darba speciāliste Maija Laicāne. To uzdevums ir iedzīvotāju līdzdalības stiprināšana dažādās dzīves jomās. Nevalstisko organizāciju darbības loks ir ļoti plašs – no hobijiem līdz pilsoniskām aktivitātēm, līdztekus piesaistot finansējumu no dažādiem avotiem. Balvu novadā izveidojušās un vairāk vai mazāk aktīvi darbojas aptuveni 200 nevalstiskās organizācijas, Latvijā to ir vairāki tūkstoši.

Uzrunājot klātesošos nevalstisko organizāciju pārstāvjus un atbalstītājus, novada domes priekšsēdētājs Sergejs Maksimovs izstāstīja stāstu par sievieti, kura ik rītu izcepa divus maizes kukuļus – vienu sev, bet otru nolika uz palodzes ar domu, varbūt kādam tas ir vēl vairāk nepieciešams: “Viņas ģimenē bija notikusi neliela traģēdija, dēls bija devies projām pasaulē laimi meklēt, un māte to pārdzīvoja. Varbūt arī tādēļ viņa katru rītu izcepa vēl vienu maizes kukuli. Un katru dienu to paņēma sakumpis, necienīgi ģērbies cilvēks, kurš pateicības vietā bubināja: viss jums atgrieziesies ar labu vai sliktu! “Kāda nepatecība!” domāja sieviete un vienā no maizes kukuļiem iecepa zāles, kas varēja nogalināt. Bet tūlīt sieviete to nožēloja, šo maizes kukuli sadedzināja un izcepa citu. Dienas vidū, noskrandis un nomocīts, mājās ienāca sievietes dēls. Viņš teica: “Man ļoti paveicās, kad biju nokritis bezspēkā, kāds cilvēks man atdeva savu maizes kukuli, sakot: tev tas ir vairāk nepieciešams!” Darām labus darbus, negaidot sabiedrības pateicību. Darīsim mūsu Latviju skaistāku un mīļāku.”

Atgādinām, ka NVO Gada balvas pasākumu organizēja biedrība “Ritineitis” (vadītāja Maruta Castrova), kas plaši pazīstama ar savām aktivitātēm. Šī gada februārī biedrība izsludināja Gada balvas konkursu, kurā katrs varēja pieteikt savu kandidātu, kas godprātīgi darbojas savā nozarē, kā arī ir tuvāks sirdij, ko godprātīgi izvērtēja žūrija.

Gada balvas saņēmēji

Gada nevalstiskā organizācija darbā ar jaunatni: Balvu novada Bērnu un jauniešu centra biedrība “KALMĀRS”.

Gada aktīvākā nevalstiskā senioru organizācija: biedrība “MEŽĢIS”.

Gada nevalstiskā organizācija sociālajā jomā: “BALVU TERITORIĀLĀ INVALIDU BIEDRĪBA”.

Gada ģimeniskākā nevalstiskā organizācija: Vectilžas pagasta ģimeņu biedrība “SAIME”.

Gada aktīvākā vietējās kopienas attīstības nevalstiskā organizācija: Baltinavas pagasta sieviešu biedrība “VAIVARIŅI”.

Gada nevalstiskā organizācija kultūras jomā: biedrība “UPĪTES JAUNIEŠU FOLKLORAS KOPA”.

Gada sportiskākā nevalstiskā organizācija: biedrība “PRO.ini”.

Gada radošākā nevalstiskā organizācija: biedrība “BALVU TEĀTRIS”.

Gada debija nevalstiskajā sektorā: Ziemeļlatgales sieviešu biedrība “IEVA”.

Gada nevalstiskā organizācija: biedrība “RADOŠĀS IDEJAS”.

Gada nevalstisko organizāciju atbalstītājs: SIA “BALVU UN GULBENES SLIMNĪCU APVIENĪBA”.

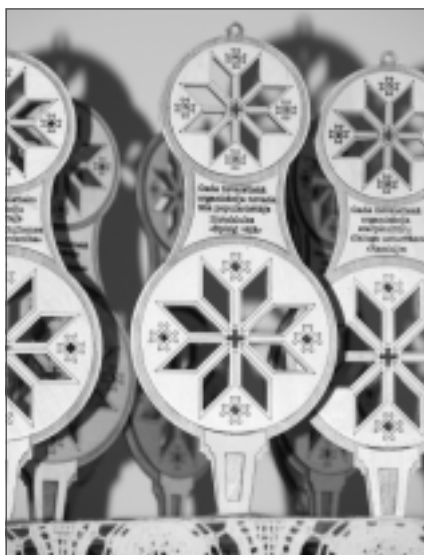
Speciālbilvas saņēma: par novada tēla spodrināšanu – motoklubs “SPIEĶI VĒJĀ”, par starpkultūru dialoga uzturēšanu – biedrība “RAZDOĻJE”, kā arī neregistrētā interešu grupa “OLĪVES”.



Gada balvas saņēmēji. Pirms svinīgās ceremonijas pie vērpjamajiem ratiņiem uz Balvu Kultūras un atpūtas centra skatuves darbojās rokdarbnieces no biedrības “Mežģis”, svinīgās ceremonijas turpinājumā vietas pamazām aizpildīja precīgie balvu saņēmēji.



Dāvina pārsteiguma balvas. Lauku atbalsta dienesta Ziemeļaustrumu reģionālās pārvaldes vadītāja Elita Mozule (vidū) pārsteiguma balvas pasniedza Marutai Paiderei, biedrības “Ziemeļlatgales partnerība” vadītājai Māritei Orniņai un stratēģijas administratīvajai vadītājai Ievai Leišavniecei. Caur Lauku atbalsta dienestu LEADER programmā daudzu gadu laikā Balvu novada nevalstiskās organizācijas realizējušas aptuveni 500 projektus. “Pirmais, kas palicis atmiņā, ir biedrības “Saulīte” realizētais projekts. Šo biedrību vadīja Maruta Paidere. Arī šodien viņa, tikai citā biedrībā un kopā ar citām sievietēm, aktīvi turpina darboties, - ir sabiedrībā ievērotas dāmas,” teica E.Mozule.



amatnieks Vilhelms Laganovskis, bet vienā no kultūras un atpūtas centra zālēm varēja aplūkot novadnieka Valda Orlova sprēsliču kolekciju no Apriķu muzeja.



Balvu saņem Marija Skaba (no labās). Sieviešu biedrība “Vaivariņi” Baltinavas pagastā darbojas jau 15 gadus. Šogad biedrība organizēja maskēšanās tiklu siešanu Ukrainas armijai un humānās palīdzības vākšanu.



Novada tēla popularizētājs. Balvu par novada tēla popularizēšanu saņēma motokluba “Spieķi vējā” vadītājs Andis Grāvītis. “Pirmo reizi sēdēju pie vērpjamā ratiņa, nevis pie moča stūres,” viņš atzina.



Uz skatuves – Kārlis Kazāks. Ar mūziku un dziesmām pasākuma noskaņu paspilgtināja daudziem ļoti pazīstamais dziesminieks un mūziķis K.Kazāks. Viņš arī pauda vienkāršu atziņu, kas izteica pasākuma būtību: “Tas ir forši, ja kāds pasaka ‘paldies!’”

Foto – A.Kirsanovs

Pieņem izaicinājumu grūtākajam skrējienam pasaulē

Sahāras tuksnesī skrien ar indes pumpi, folija segu un nazi

Zinaida Logina

GUNTARS LOGINS savā apmācību uzņēmumā "Alpha Partners" vada apmācības dažādu nozaru uzņēmumiem par tēmām, kas saistītas ar pārdošanu, darījumu vadību, komunikāciju, klientu apkalpošanu, līderību, sadarbību komandā. Viņš savulaik izvirzījis mērķi piedalīties pasaules grūtākajos maratonos, tāpēc tagad droši var teikt, ka aiz muguras grūtākais skrējienis vairāku dienu garumā pa Sahāras tuksnesi.

"Marathon Des Sables" tulkojumā no franču valodas nozīmē "Smilšu Maratons" un ir viens no senākajiem skrējieniem pasaulē, kas katru gadu pavasarī notiek Sahāras tuksnesī Marokā. Šogad tas norisinājās jau 36. reizi un pulcēja aptuveni 1000 dalībnieku no visas pasaules, kuri pieņēma izaicinājumu mērot aptuveni 240 km garo distanci vairāku dienu garumā. Viņu vidū bija arī divi puiši no Latvijas – Guntars Logins un Jānis Šnepsts.

"Lai arī pirms tam jau biju veicis 100+ km kalnu skrējienus dažādās pasaules malās – Jaunzēlandē, Austrālijā, Argentīnā, Dienvidāfrikā un Francijā, šis skrējienis atšķiras ar formātu – distance bija jāveic nevis vienā piegājienā, bet gan sadalīta pa posmiem," saka Guntars. Viņš pastāsta, ka par šāda skrējiena esamību uzzinājis pirms kādiem septiņiem, astoņiem gadiem, kad vairāk sācis sekot skriešanas notikumiem pasaulē.

Viss nedēļai nepieciešamais – mugursomā

"Jau toreiz zināju, ka kādu dienu vēlēšos piedalīties arī šajā vairāku dienu skrējienā. "Marathon Des Sables" ir īpašs ar to, ka visas nepieciešamās mantas – guļammaiss, paklājiņš, ēdiens septiņām dienām ir jānes līdz pašam mugursomā. Organizatori nodrošina tikai atvērtā tipa telti naktsmītnei, kā arī dzeramo ūdeni. Obligātā ekipējuma saraksts bija garš – tajā ietilpa gan obligātais uzturs, kas jānes līdz, gan arī tādas lietas kā indes pumpis, folija segu un nazi," atklāj sportists. Viņš apzinājās, ka apkārtējās vides apstākļi tuksnesī var būt smagi – karstums un sausums, smiltis. Organizatori katram dalībniekam mēnesi pirms sacensībām prasīja iesniegt kardioqrammu un ārsta atzinumu, ka skrējēja veselības stāvoklis atļauj piedalīties tik smagā un sarežģītā pasākumā.

Nakti – vēsāks, bet ar luksturīti

Aptuveni 240 kilometru garā distance bija sadalīta sešos posmos. Pirmajās trīs dienās posmu garums svārstījās no 30 līdz 40 kilometriem. Tad sekoja ceturtais jeb garais posms 85 km garumā, kam organizatori bija atvēlējuši 35 stundu kontrollaiku. "Personīgi šo posmu man izdevās finišēt 15,5 stundās, līdz ar to nākamajā dienā varēju atpūsties. Taču bija dalībnieki, kuriem tas prasīja visas 35 stundas. Šajā posmā pēdējie 25 km bija jāveic tumsā ar luksturīti. Pagāja kāds brīdis, kamēr pieradu, bet priekšrocība skriešanai naktī ir tāda, ka nav ierastā karstuma. Savukārt pēc atpūtas dienas piektajā posmā bija jāveic pilna maratona distance – 42 kilometri. Kopvērtējuma ieskaitē vērā ņēma piecus posmus," pastāsta Guntars.

Smilšu vētra aizpūš matracīti

Guntaram palaimējās, ka šogad tuksnesī nebija tik ekstremāls karstums, kā tas bijis citus gadus, taču vairākas dienas sportisti piedzīvoja ļoti spēcīgu vēju, kas radīja smilšu vētras. "Vējš burtiski pūta nost no kājām, un teju viss gāja pa gaisu. Nācās pamatīgi nostiprināt telti, lai nakti vismaz jumts ir virs galvas. Vējš aizpūta projām arī manu paklājiņu, līdz ar to četras no astoņām naktīm gulēju guļammaisā uz zemes. Taču pie visa pierod!" optimistiski teic Guntars.

Lielākais izaicinājums – tulznas

Sportists atzīst, ka lielākais izaicinājums šāda veida piedzīvojumos ir tulznas, un tās viņam sāka parādīties jau pēc otrās dienas. Taču Guntars bija tam gatavojies un zināja, kā tās pareizi apstrādāt. Bija divas iespējas – to izdarīt pašam ar medicīniskiem instrumentiem vai gaidīt rindā, lai to paveic profesionāls ārsts, kas gan varēja prasīt līdz pat divām stundām. Maratonists smeja, ka nedēļas laikā kopā uzberzīs



Guntars Logins finišu sasniedz veiksmīgi. Aptuveni 1000 dalībnieku konkurencē Guntars ierindojās 375.vietā. "Rezultātu vērtēju kā labu, ņemot vērā, ka šāda veida pasākums bija pirmais, kurā piedalījos. Visi faktori bija kaut kas jauns – nemitīga skriešana pa smiltīm, karstie laika apstākļi, vairāku dienu formāts, skriešana ar aptuveni 10 kg smagu mugursomu," prieku pauž grūtā maratona dalībnieks.



Uz priekšu! No Latvijas "Marathon Des Sables" piedalījās divi puiši, un abi veiksmīgi sasniedza finišu. Guntars Logins (no kreisās) startēja ar 435.numuru, bet otrs skrējējs – uzņēmējs Jānis Šnepsts, kurš kopvērtējumā ierindojās 198.vietā, ar 436. numuru.

aptuveni septiņas vai astoņas tulas, kas uz citu fona tāds nieks vien bijis – lazarete varējis novērot šausmu filmu cienīgus skatus.

Drošība un organizācija – augstākajā līmenī

Tā kā tuksnesī nebija zonas un interneta pārklājuma, visas astoņas dienas Guntars pavadīja bez sakariem: "Varēju lieliski atslēgties no ikdienas darbiem un rūpēm. Katram dalībniekam gan deva iespēju dienā nosūtīt vienu e-pastu." Pasākumā drošība bija augstākajā līmenī – skrējienam pavadīja Marokas armijas vienības. Tā laikā visas dienas bija divi helikopteri, lai nepieciešamības gadījumā sniegtu palīdzību. Katram dalībniekam tika iedota GPS ierīce, kas ļauj ziņot par ārkārtas situācijām un izsaukt helikopteru. Organizatori katru dienu telšu pilsētiņu visam skrējiena personālam un dalībniekiem operatīvi pārvietoja no vienas vietas tuksnesī uz citu.

"Pēdējais posms bija ļoti īss un simbolisks – vien septiņi kilometri, un tos vairāk veltījām labdarības mērķiem. Uzreiz pēc finiša kāpām autobusus, lai mērotu septiņu stundu garo ceļu uz Varzazātas pilsētu, kur tad mūs gaidīja visi civilizācijas labumi: pēc astoņu dienu pārtraukuma – duša, internets un kārtīgas vakariņas!" gandarīts par dalību pasaules grūtākajā daudzdienu maratonā ir Guntars Logins.



Jāsniedz palīdzīga roka. Visvairāk dalībnieku maratonā ieradās no Lielbritānijas, Francijas, Beļģijas. Uzvarētāji ar lielu atrāvienu bija vietējie sportisti no Marokas, kuri ieņēma visu goda pjedestālu, jo viņi arī ikdienā pieraduši skriet pa mikstām smiltīm un karstos laika apstākļos, kam šāda veida pasākumos ir izteiktas priekšrocības.



Visapkārt – smilšu kalni un lejas. Guntars nenoliedz, ka tuksnesī ciņa ar sevi un saviem spēkiem ir īpaši grūta.



Dežurē divi helikopteri. Par sportistu drošību rūpējās divi helikopteri, jo trase gāja pa ļoti grūtiem kalnainiem un smilšainiem apvidiem. No apmēram 1000 dalībniekiem septiņu dienu laikā izstājās aptuveni 100 dalībnieku.

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Militārā psiholoģija

Karš iznīcina demokrātiju, popularizē tirāniju un fanātismu, nogalina, izkropļo un iedzen populācijas nabadzībā. Tas izposta dabu un resursus. Karš reprezentē vardarbīgu morālu noziegumu un ir jaunākā lieta uz pasaules, kas rada gan psiholoģiskas, gan fiziskas traumas un ciešanas.



Rīga Otrā pasaules kara laikā. Sv. Pētera baznīca, kas bija augstākā koka celtnē Eiropā, tika nopostīta Otrā pasaules kara laikā un pamazām atjaunota tikai pēc 1967.gada. Kara cena un zaudējumi ir fenomenāli – tikai 20% no Padomju Savienībā 1923.gadā dzimušiem vīriešiem izdzīvoja Otrajā pasaules karā, jaunākajam kareivim bija 12 gadi. Otrajā pasaules karā tika nogalināti 50-70 miljoni cilvēku, 50% no kuriem bija civilie iedzīvotāji.

Militārā psiholoģija ir tik apjomīga, ka sevī iekļauj vairākas psiholoģijas nozares – sociālo, klīnisko un darba /organizāciju psiholoģiju, kā arī eksperimentālo un inženierpsiholoģiju, un ir sociālo zinātņu psiholoģijas apakšnozare.

Militārās psiholoģijas pamatmērķis ir pielietot zināšanas militārajā jomā, lai veicinātu savu spēku izdzīvošanu kara vidē, mazinot pretinieka uzvaras iespējas. Tā izmeklē, projektē un pielieto psiholoģijas teorijas un eksperimentu datus, lai saprastu, prognozētu un atspēkotu ienaidnieka argumentus. Militārā psiholoģija pēta un analizē arī draudzīgo pušu uzvedību, kas varētu attīstīties kā nevēlama vai potenciāli bīstama un varētu izraisīt militāras iejaukšanās nepieciešamību.

Militārā psiholoģija palīdz veidot vienotu izpratni par militārās profesijas un vides specifiku un prognozēt savu /sabiedroto bruņoto spēku un pretinieka bruņoto spēku kaujas spējas un taktiku.

Milzīga nozīme pastāv civilās populācijas uzvedības pētīšanai, kas varētu būt nevēlama vai arī apdraudēt militāro operāciju veikšanu. Piemērs nav jāmeklē tālu – ukraiņu tautas saliedētība ir pārsteigusi uzbrucēju nesagatavotu un ievērojami sakomplicējusi agresora teroristiskos plānus.

Kā apakšvirzienu var minēt klīnisko militāro psiholoģiju, kas strādā pie tā, lai uzturētu bruņotos spēkus mentāli veselus. Tā ietver cilvēka intelekta, emocionālās, bioloģiskās, psiholoģiskās un sociālās indivīda uzvedības un tās traucējumu pētījumus. Militārās psiholoģijas biežāk izmantotās metodes ir testēšana, aptaujas, intervijas, novērojumi un situācijas analīzes. Jāpiemin, ka dažādu iemeslu dēļ Latvijā tā nav pietiekami attīstīta.

Izmaiņas karadarbībā – hibrīdkarš

Ukrainas karadarbības pieredze aktualizē jēdzienu HIBRĪDKARŠ, kurā tiek iekļauta JEBKURA darbība, ko pret savu pretinieku īsteno agresora valsts, lai panāktu sev labvēlīgu varas un resursu pārdales iznākumu.

Viens no hibrīdkara elementiem ir sabiedrības, karavīru vai politiskās elites apziņas manipulēšana, lai ar nemilitāriem līdzekļiem ietekmētu valsts sabiedrību pirms militāra konflikta uzsākšanas. Krimas aneksijas sagatavošana tika veikta, izmantojot sabiedrības psiholoģiskās ietekmēšanas metodes.

Psiholoģiskais karš – manipulācija ar cilvēka apziņu

Jau vissenākajā vēsturē katrā militārajā konfliktā izmantoja psiholoģisko karu, lai sagrautu pretinieka morāli. Tā mērķis ir ieviest lielāku draudu sajūtu nekā paši draudi. Teroristu grupas bieži ķeras pie psiholoģiskā kara tāpēc, ka tā ir vienīgā viņiem pieejamā taktika. Redzot traģiskas ainas, cilvēku galvenā reakcija ir iedomāties sevi cietēju vietā tāpēc, ka vairums no mums ir labsirdīgi cilvēki, kas spējīgi uz empātiju. Ļoti bieži mēs nepareizi vērtējam citus pēc savas vērtību skalas, kas savukārt nesamazina pārdzīvojumus.

Psiholoģiskais karš ir taktiska, plānota propagandas pielietošana, draudi, iebiedēšana, intimidēšana, demoralizācija vai jebkāda cita veida aktivitāte, lai iespaidotu ienaidnieka uzvedību un domāšanu.



Plakāts. Okupēto valstu neatdalāmības, vienotības un tautu draudzības slavēšana darbojās kā ierocis, lai apslāpētu individualitātes un neatkarības iedīgļus, kas arī strādāja kā pārvaldes ierocis.

Manipulācija notiek caur visiem iespējamajiem saziņas līdzekļiem – radio, TV vai mediju palīdzību. Plakātu un nepatiesas informācijas izplatīšana, ka arī neīstu sociālo mediju kontu izmantošana ir tikai daži no aktiem, lai veicinātu teroru un ienaidnieka morālo novājināšanu un padošanos. Faktu manipulācija iespaido viedokļus, emocijas, attieksmi un pretinieka uzvedību.

Psiholoģija karā

Šis ir ļoti nozīmīgs aspekts cīņā ar ienaidnieku. Propaganda, kā viens no ieročiem, tiek atbalstīta gan no militārā, gan ekonomiskā, gan politiskā aspekta. Kā ierocis, kas nav tieši fiziski nāvējošs, psiholoģiskais karš izmanto propagandu, lai sagūstītu cilvēku sirdis un prātus, lai iespaidotu cilvēku emocijas, kā arī vērtības un ticības skalu.

Psiholoģiskais karš darbojas pašā saknē – tas pēta iemeslus un motīvus vai arī mērķa auditorijas uzvedību. Tas tiek darīts, lai

padziļinātu vainas sajūtu un sagrautu grupas identitātes saites, lai ikviens justos atstumts, lai nebūtu vēlmes ieguldīt sevi cīņā ne fiziski, ne emocionāli. 1944.gadā ģenerālis Eizenhauvers izveidoja Psiholoģiskā kara divīziju, kuras galvenais mērķis bija negatīvi iespaidot pretinieka morāli. Tika veikta taktiska plānošana, mērķa auditorijas analīze, plānu izstrāde un produkta dizains, tā ražošana, izplatīšana un novērtēšana.

Karš 'psihosfērā' ir lētāks un vienkāršāks par fizisko karu. Psiholoģisko operāciju pagrīdes karavīri nemanāmi izmanto īpašas komunikācijas prasmes un svarīgākās ienaidnieka kultūras vērtības, lai sētu naidu. Viņi perfekti apgūst pretinieka valodu un izmanto nepatiesu informāciju kā ieroci, lai sagrautu grupu un indivīdu viedokļus un valdības stabilitāti.

Stratēģiska pilsētu spridzināšana, blokādes, ķīmisko un bakteriālo ieroču pielietošana un karaspēka koncentrēšanas izrādīšana ir *nervu karš* un demoralizācija.



Slava Staļinam. Pēc neskaitāmu valstu okupācijas, kuras laikā krievu uzbrucēji zvēriski atņēma civilo iedzīvotāju dzīvības un īpašumus, krievu tautai tika ieprogrammēts, ka okupanti, kas veica genocīdu un selekciju, ir atbrīvotāji, tajā pašā laikā turpinot okupāciju, genocīdu, cenzējot kultūru un *nogalinot* valstu valodas.

Iespaidi, kādu karš atstāj uz sabiedrību

Nāve, ievainojumi, seksuālā vardarbība, bāds, slimības un invaliditāte ir visbīstamākās fiziskās traumatiskās kara sekas, kamēr posttraumatiskais stresa sindroms, depresija un trauksme ir tikai dažas no psiholoģiskajām traumām. Murgi, bezmiegs un dusmas ir simptomi, kas pavada cilvēku, iespējams, visu atlikušo dzīvi. Karš iznīcina sabiedrību un ģimenes, izposta nāciju sociālo un ekonomisko attīstības tīklu.

Ilgtermiņa psiholoģiskās un fiziskās traumas nešķiro nevienu – cieš gan bērni, gan pieaugušie. Ģimenes piedzīvo laulības problēmas, vardarbību attiecībās, depresiju. Karš atņem bērniem pašu nepieciešamāko – pajumti, veselības aprūpi, pārtiku un ūdeni, kas savukārt rada vidi, kurā ir traucēta veselīga kognitīvā un sociālā attīstība.

Militārā aktivitāte nodara ne tikai neatgriezenisku fizisko, psiholoģisko un materiālo zaudējumu, bet arī ekoloģisko – kara darbības rezultātā atmosfērā tiek izmests milzīgs daudzums siltumnicefeka gāzu emisijas un aug atmosfēras piesārņojums. Militārā aktivitāte pastiprina antropogēno, cilvēka radīto klimata maiņu. Tā ir iemesls totālai infra-



Mudina padomāt un domāt. Edīte Germane ieguvis zināšanas, studējot Sociālo zinātņu bakalauru psiholoģijā, sertifikātu Saskaņotās psiholoģijā un ārzemēs, strādājot farmācijā, ieguvusi arī Veselības aprūpes padomdevēja sertifikātu.

struktūras sagraušanai, rada inflāciju, pārtikas trūkumu, paaudžu fizisko un mentālo izkropļošanu un ilgtermiņa ekonomiskas problēmas. Karš pārkāpj elementāras cilvēktiesības. Dzimst kara ietekmētu bērnu paaudze. Aptuveni 426 miljoni bērnu dzīvo kara konfliktu zonās, un kopš 2018.gada šis skaits pieaug par 2%.

Fakti par karavīru psiholoģiskajām traumām

- Depresija, nemiers un pēctrauma stresa simptomi, kad nervu sistēma *iesprūst*, ir visbiežāk sastopamie mentālās veselības traucējumi, ar ko saskaras karavīri, atgriežoties no kaujas uzdevumu pildīšanas.

- Koncentrēšanās nespēja, apātija, ēstgribas zudums, hipervigilance, baiļu reakcija, miega traucējumi ir tikai daži no simptomiem kompleksajā pēctraumatiskajā pieredzē.

- 30% no karavīriem sākās šo simptomu *izlaušanās* pēc 3-4 mēnešus atrašanās mājās.

- 20% no karavīriem, atgriežoties mājās, pievēršas alkohola un narkotiku lietošanai kā īslaicīgai simptomu apslāpēšanai, lai rastu atvieglojumu un aizmiršanos.

- 20% no karavīriem kaujā ir pieredzējuši smadzeņu traumu, kas vēlāk izpaužas kā nepamatotas dusmas, izmaiņas personībā un pašnāvības mēģinājumus.

- 2010.gadā KATRU DIENU pašnāvību izdarīja 22 karavīri vecumā no 50 līdz 59 gadiem.

- Militārie psihologi pēta un risina jautājumus, lai samazinātu karavīru psiholoģiski traumatisko pieredzi pēc misijas, tomēr kara veterānu integrācija civilajā dzīvē joprojām ir līdz galam neatrisināts jautājums.

Kara veterānu psiholoģiskās rētas

Slepkavības kara laikā bieži izraisa morālu konfliktu, kas sagrauj personas pašapziņu, attiecības un garīgumu. Veterāni, kuri darbojas īpašās terapiju programmās, mūcās sev piedot, samierināties, dziedēt attiecības, kalt plānus nākotnei un virzīties uz priekšu. Nodarbības notiek grupu diskusijas un vēstulju rakstīšana bojā gājušajiem. Nogalināšana kara laikā veterāniem ir vissarežģītākais sarunu temats un liek bijušajiem karavīriem justies tiesātiem no sarunu biedra puses, kas savukārt padziļina viņu trauksmi, dusmas un pašizolāciju. Ir sajūta, ka neviens, kas nav dienējis, nav spējīgs to saprast.

Rūpes par veselību

Katru gadu palielinās ar alerģijām slimojošo cilvēku skaits

Klāt ir pavasaris – sezonālo alerģiju piķa laiks, kurā daudzi priecājas par plaukstošajiem pumpuriem un ziediem, kamēr citiem nopietnu izaicinājumu rada nebeidzamas iesnas, acu nieze, asarošana un apsārtums, kā arī citi alerģiju simptomi. Turklāt dati liecina, ka viens no četriem Eiropas iedzīvotājiem saskaras ar alerģijām, ko izraisa koku un augu ziedputekšņi. Gaidīti brīdi, kad pavasara pilnbrieds beigsies, vai ķerties klāt dažādiem simptomu mazinājošiem līdzekļiem, – kā visefektīvāk varam sev palīdzēt alerģijas laikā, skaidro farmaceite ZANE MELBERGA.

“Ārsti Latvijā arī atzīst, ka pēdējo 20 gadu laikā ar ziedputekšņu alerģiju slimo arvien vairāk bērnu un jauniešu. To varam novērot pēc aptiekas apmeklētāju pirkumu tendencēm. Arvien vairāk cilvēku interesējas par dažādiem alerģiju simptomu mazinājošiem līdzekļiem, lai būtu vieglāk pārlaist alerģijas laiku. Aptieku sortimentā ir pieejami daudz un dažādi līdzekļi, tāpēc, lai nerastos apmulsums plašajā piedāvājuma klāstā, aicinu konsultēties ar farmaceitu par piemērotākā līdzekļa izvēli,” skaidro farmaceite Zane Melberga.

Kas izraisa pavasara alerģijas?

Alerģijas var būt gan iedzimtas, gan parādīties dzīves laikā, tāpēc svarīgi jau iepriekš saprast un pārbaudīt, kas izraisa alerģiju. Tādā veidā iespējams laikus pasargāt sevi no alerģijas izraisītājiem simptomiem, kā arī no smagākām sekām, ko var izraisīt alerģija, piemēram, bronhiālā astma.

Latvijā alerģijas visbiežāk izraisa tieši lazdu un bērzu ziedputekšņi, kas parasti zied pavasara pirmajos mēnešos. Aprīlī sāk ziedēt arī alkšņi, apses, kļavas, oši un citi lapu koki, kuru ziedputekšņi ātri nonāk cilvēka elpceļos un izraisa alerģiju. Savukārt maijā zied papeles, pienenes, rudzi, gobas un citi augi. Ir arī cilvēki, kuriem alerģijas turpinās vasarā, jo tad zied dažādas pļavu zāles, ziedi un nezāles. Jāņem vērā – ja cilvēkam ir alerģija uz viena konkrēta auga ziedputekšņiem, tad alerģijas izpausmes būs tikai šī auga ziedēšanas laikā. Taču, ja alerģija ir no vairākiem augiem, tās simptomi turpināsies ilgākā laika posmā, līdz ziedēšana būs beigusies.

Vislielākais risks, kad ziedputekšņi var nonākt elpceļos, ir vējainās dienās, kad tie ātri izplatās, turpretim lietainās dienās to ir mazāk, jo tiem, esot slapjiem, ir grūtāk izplatīties. Tāpat no pavasara alerģijām vairāk cieš tie cilvēki, kuri dzīvo pilsētās, jo vēja sapūstajiem ziedputekšņiem ir vairāk vietas, kur uzkrāties – pilsētu ietves, automašīnas, bērnu laukumā vai atpūtas soli parkos. Tādā veidā palielinās iespēja, ka cilvēki un viņu mājdzīvnieki tos var ienest savos mājokļos.

Kā varam mazināt simptomus?

Lai mazinātu alerģijas izraisīto simptomu attīstīšanos, jāmazina saskarsme ar alerģijas izraisītājiem jeb alerģēniem. Taču, ja tas nav iespējams, simptomus ir iespējams mazināt ar dažādiem līdzekļiem.

Gan pirms aktīvās ziedputekšņu sezonas, gan tās laikā farmaceite iesaka lietot bezrecepšu deguna aerosolus, kas deguna gļotādā veido mitrinošu aizsargslāni, kas pasargā no putekšņiem un citiem alerģēniem.

Lai atvieglotu elpošanu un atbrīvotu degunu no izdalījumiem, ieteicams to skalot ar līdzekļiem, kuru sastāvā ir jūras vai okeāna ūdens, kas attīra un mitrina deguna gļotādu. Šķīdumu deguna dobumā var ievadīt ar aerosolu, iesmidzinot līdz četrām iesmidzināšanas reizēm dienā katrā nāsī. Tāpat var veikt arī tiešo deguna skalošanu, uzlejot šķīdumu un plaukstas un ne pārāk spēcīgi iešņaucot degunā. Pēc tam deguna saturs jāizšņauc, lai nepārplētu kādu



asinsvadu. Deguna skalošanu ieteicams atkārtot vienu līdz divas reizes dienā. Kad simptomi mazinās, deguna skalošanu var atkārtot divas līdz trīs reizes nedēļā, lai uzturētu deguna dobumu labā stāvoklī.

Ja alerģijas simptomi ir **aizlikts deguns**, ieteicams lietot speciālos aerosolus vai pilienus, kuru sastāvā ir aktīvā viela, kas **sašaurina deguna asinsvadus un mazina tūsku**. Šos līdzekļus jālieto atbilstoši savam vecumam, ievērojot lietošanas instrukcijā noteikto laika intervālu, kā arī ne ilgāk par 7 līdz 14 dienām. Tos var pārtraukt lietot ātrāk, ja alerģijas izraisītie simptomi ir mazinājušies vai pazuduši vispār. Šos līdzekļus var lietot arī bērni, taču tikai vecāku uzraudzībā. Farmaceite atgādina, ka aptiekās ir pieejami arī speciālie deguna aerosoli un pilieni, kas paredzēti tieši bērniem.

Simptomu mazināšanai var lietot **uztura bagātinātājus**, kuru sastāvā ir tādas dabiskās sastāvdaļas kā gaiļbikšišu ziedu sausais ekstrakts vai priežu mizas sausais ekstrakts, kas **var atvieglot elpošanu un nodrošināt normālu elpceļu funkciju**.

Lai acis būtu mazāk apsārtušas, neasaro un neniez, vēlams lietot **pilienu**, kas ir speciāli domāti alerģiskas reakcijas mazināšanai. Tie parasti jālieto divas reizes dienā: no rīta un vakarā, katru reizi pa vienam pilienam iepilinot katrā aci. Ja alerģijas laikā acis ir pietūkušas un niezošas, nav ieteicams izmantot kontaktlēcas vai lietot dekoratīvo kosmētiku, kas var radīt papildu kairinājumu.

Praktiski padomi, kā izvairīties no alerģēniem

* Seko līdz informācijai par konkrētajā laikā ziedošajiem kokiem un augiem. Tas var palīdzēt efektīvāk noteikt, no kā tieši ir alerģija, kā turpmāk veiksmīgāk no tās izvairīties. Ziedēšanas kalendāram var sekot līdzī “Latvijas Astmas un alerģijas biedrības” mājaslapā: <http://www.astmaalergija.lv>

* Brīvdienā pastaigājies dodies uz pludmali, jo tur ir vismazākā ziedputekšņu izplatība salīdzinājumā ar pilsētu parkiem vai dabas takām.

* Nevēdini iekštelpas tad, kad ārā ir pastiprināts ziedputekšņu daudzums. To labāk darīt vakarā vai naktī, jo tad ir mazāka ziedputekšņu izplatīšanās aktivitāte.

* Biežāk maini un mazgā gultas veļu, izpurini un izsūknē paklājus.

* Drēbes neizvelc ārā, bet gan iekštelpās.

* Kad ierodies mājās, uzreiz novelc apavus un, ja iespējams, atstāj tos ārā aiz durvīm. Tāpat arī virsdrēbes liec skapī un pārģērbies mājās drēbēs, lai ziedputekšņus neizplatītu pa visu mājokli.

Pavasara alerģijas un to simptomi var atšķirties, tāpēc farmaceite atgādina, ka aptiekās ir iespējams saņemt farmaceutisko konsultāciju par piemērotāko līdzekļu izvēli un lietošanu.

Īsumā

Var pieteikties platību maksājumiem

Ar 12.aprīli lauksaimnieki var pieteikties platību maksājumiem Lauku atbalsta dienesta (LAD) Elektroniskajā pieteikšanās sistēmā (EPS), aizpildot Vienoto iesniegumu. Pēdējais datums, kad varēs pieteikties platību maksājumiem bez atbalsta apjoma samazinājuma, ir 23.maijs.

Ja Vienotais iesniegums tiks iesniegts no 24.maija līdz 15.jūnijam, atbalsta apjomam tiks piemērots 1% samazinājums par katru nokavēto darbdienu (samazinājumu sāks piemērot jau ar 24.maiju).

2022. gada platību maksājumu rokasgrāmata skatāma LAD mājaslapā, izvēlnē “Rokasgrāmatas un veidlapas”.

Salīdzinot ar 2021.gadu, šajā gadā būtisku izmaiņu platību maksājumu saņemšanai nav, ir tikai atkāpe papuvju apsaimniekošanā. Eiropas Komisijas par šādu atkāpi Zaļināšanas maksājuma saņemšanai lēma, lai lauksaimniecības zemes platības maksimāli varētu izmantot pārtikas un dzīvnieku barības ražošanai. Šī atkāpe attiecas tikai uz tiem lauksaimniekiem, kuriem jānodrošina kultūraugu dažādošanas un ekoloģiski nozīmīgas platības prasības izpilde. Zaļināšanas prasību izpildei lauksaimnieks aramzemi var deklarēt kā papuvi ar kultūraugu kodu 619 (papuve, kuru izmanto pārtikas un lopbarības ražošanai). Šajās platībās var audzēt jebkuru aramzemes kultūraugu (piemēram, vasarājus vai dārzeņus), ganīt dzīvniekus, novākt ražu un lietot augu aizsardzības līdzekļus.

Kopš novembra sākuma lauksaimnieki EPS var aizpildīt Provizorisko platību maksājumu iesniegumu. Tas ļauj pakāpeniski rakstīt nepieciešamo informāciju iesniegumā un aprēķināt, vai tiks izpildītas zaļināšanas un citas prasības. Ja lauksaimnieks aizpilda informāciju Provizoriskajā iesniegumā, tad šis iesniegums, sākot ar 12.aprīli, ir jāiesniedz EPS.

Ja ir jautājumi un nepieciešama plašāka informācija par pieteikšanās procesu platību maksājumiem, aicinām zvanīt uz LAD apkalpošanas tālruni 67095000 vai apmeklēt Klientu apkalpošanas centrus klātienē.

Dienests visu nepieciešamo atbalstu klientiem, kuri paši nevar aizpildīt informāciju EPS, sniegs arī pa tālruni – dienesta darbinieki sarunas laikā klienta vietā varēs aizpildīt un iesniegt Vienoto iesniegumu.

VID aicina precizēt pamatdarbības veidu

Lai nodokļu maksātāji varētu pilnvērtīgi īstenot savas tiesības nodokļu jomā, Valsts ieņēmumu dienesta (VID) rīcībā jābūt informācijai par aktuālo saimnieciskās pamatdarbības veidu atbilstoši NACE klasifikācijai. Ja pamatdarbības veids 2021.gadā ir mainījies, par to jāpaziņo VID līdz 2022.gada 1.maijam.

Paziņotajam pamatdarbības veidam ir jāatbilst reālajai situācijai un jāatspoguļo nodokļu maksātāja – uzņēmuma vai saimnieciskās darbības veicēja – piederība konkrētai nozarei un darbības jomai. Ja gada laikā pamatdarbības veids (tā darbība, kas šajā gadā veidoja vislielāko īpatsvaru kopējā apgrozījumā) mainās, laikā no nākamā gada 1. janvāra līdz 1. maijam par izmaiņām jāpaziņo VID.

Par pamatdarbības veidu jāpaziņo VID Elektroniskās deklarēšanas sistēmā (EDS) sadaļā “Dokumenti / No veidlapas / Nodokļu maksātāju reģistrācijas un datu izmaiņu veidlapas / Paziņojums par nodokļu maksātāja pamatdarbības veidu”. Par saviem pašreiz paziņotajiem pamatdarbības veidiem un to atbilstību reālajai situācijai ikviens var pārliicināties VID publiskojamo datu bāzē, ievadot konkrētā nodokļu maksātāja nosaukumu/vārdu, uzvārdu un reģistrācijas kodu. NACE kodu klasifikators pieejams Centrālās statistikas pārvaldes tīmekļvietnē, kā arī EDS.

Ja saimnieciskās darbības pamatveids nemainās, informācija par pamatdarbības veidu nākamajā taksācijas gadā nav jāsniedz.

Plašāka informācija pieejama informatīvajā materiālā “Par pamatdarbības veida paziņošanu” VID tīmekļvietnes sadaļā “Nodokļi/Noderīgi/Paziņošanas un deklarēšanas pienākumi/Informatīvie un metodiskie materiāli”. Jautājumu un neskaidrību gadījumā aicinām zvanīt uz VID Konsultatīvo tālruni 67120000, kā arī uzdot savus jautājumus rakstiski VID Elektroniskajā deklarēšanas sistēmā (EDS), sadaļā “Sarakste ar VID”.

Apsveikums

Mums ir atmiņas, no kurām padzerties, Ir daudz ziedu, kuros veldzēties. Ir daudz dziesmu, kurās vienoties, Un daudz vārdu, kuros saprasties. Sirsniņi sveicam **Inesi Vasariņu** skaistajā jubilejā! Vēlam, lai katra diena nāk ar cerību, ticību, enerģiju un dzīvessparu. Veiksmi visās dzīves jomās!
Stefānija, Apšenieku ģimene



Pārdod

Pārdod sējmašīnu **Wartsila 240**.
Tālr. 29430538.

Pārdod kūtsmēslus.
Tālr. 26431999.

Skaldīta malka ar piegādi, 4,5 m³ -
EUR 185. Tālr. 29418841.

Pārdod skaldītu malku ar piegādi,
250 EUR/krava. Tālr. 26425960.

Pārdod skaldītu malku (arī sausu).
Tālr. 29166439.

Z/S "Gračūļi" pārdod jaunputnus un
dējējvistas. Pieteikumi pa
tālr. 29186065.

Pārdod dējējvistas.
Bezmaksas piegāde.
Tālr. 22845900.

Pārdod Latvijā audzētu cūkgaļu.
Ar piegādi.
Tālr. 26326705.

Lopbarībai: kartupeļus
(sēklas izmēra), burkānus,
cukurbietes (nav salušanas),
graudus (dīgstoši). Tālr. 25442582.

Sijāts BIO humuss, 50 litri - EUR 18.
Bezmaksas piegāde.
Tālr. 29460601.

Kapu sakopšana

**30.aprīli plkst. 9.00
DUBĻUKALNA kapu
sakopšanas talka.**

Līdzjūtības

*Izskan atvadvārdi klusi
Tam, ko priedēs nošalc vējš,
Tam, ko esam milējuši,
Baltas smiltis pēdas dzēš.*
Kad bēdas ar smagums dara tumšu
pavasara rītu, skumju brīdī esam
kopā ar **Astrīdu Andžu un
tuviniekiem**, kad aizsaules dārzos
devies **AIVARS**.
Bendzuļu un Nagļu ģimenes



*Pār tevi smilšu klusums klāts,
Vien paliek atmiņas
Un tava mūža stāsts.*

(J.Rūsiņš)

Izsakām patiesu līdzjūtību **Irēnai,
JURI ZELČU** pavadot smilšu
kalniņā.
Arnita, Ina, Ilga, Maruta, Inese,
Genovefa, Astrīda, Vitālijs

*Lūgšim tavai dvēselītei
Debesceļā mieru gut,*

*Lai ar tevi zvaigznes starā
Varam domās kopā būt.*

(V.Kokle-Liviņa)

Izsakām patiesu līdzjūtību **Anitai
Laicānei ar ģimeni**, mīļo **MĀMUĻU**
Dieva valstībā pavadot.
Augusts, Marija

*Bet sirds siltums paliks,
Paliks vēl aiz tevis.
Un atmiņas kā maza saule degs.*
(P.Priede)
Izsakām dziļu līdzjūtību
tuviniekiem, pavadot
AIVARU KIVKUCĀNU mūžības
ceļā.
Vancānu ģimene

*Vējš piekļauvē ar tumsas spānu,
Dziest gaisma – klusums mūžu
sedz.* *(V.Kokle-Liviņa)*

Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība
**Ingai Trofimovai un tuviniekiem,
TĒVU** mūžībā pavadot.
Jana, Rita

Pateicība

Kad pavasara vēja šalkas iezvanija mūsu mīļās
mammās, vecmammās un vecvecmammās **Elzas
Stokmanes** Mūžības ceļu, no sirds sakām paldies par
atvadu vārdiem prāvestam Mārtiņam Vaickovskim, par
palīdzību "Ritums" kolektīvam, par atvadu mielasta
organizēšanu Dzintrai Sprudzānei un visam "Senda Dz" kolektīvam.
Par siltajiem atmiņu un atvadu vārdiem paldies sakām Eglaines
pamatskolas kolektīvam un ilggadējai darba kolēģei, skolotājai Antoņinai
Dundeniecei. Mīļš paldies visiem radiem, draugiem, kaimiņiem un paziņām
par atbalstu un kopā būšanu atvadu brīdī.



MEITA UN DĒLS AR ĢIMENĒM

Pērk

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

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

SIA "Senlejas" iepērk liellopus. BIO
lopiem augstas cenas! Iespējams
avanss dzīvsvārā. Tālr. 62003939.

"Craftwood" PĒRK MEŽA
ĪPAŠUMUS visā Latvijā, cena no
1000-10000 EUR/ha. Samaksa
darījuma dienā. Tālr. 26360308.

Pērk guļbaļķu pirti labā kārtībā
pārvešanai. Tālr. 27809602.

Dažādi

"Balvi Auto", Brīvības 47, 5.maijā
plkst. 17.00 uzņems B kategorijas
apmācībai. Tālr. 28700807.

Sniedz universālā un kāpurķēžu
ekskavatora pakalpojumus.
Tālr. 28608343.

Veikalā "JUTA MĒBELES" JAUNS
PIEVĒDUMS! Plašs klāsts dārza
mēbelēm: galdi, krēsli, saules sargi
un šūpuļtīkli. Tālr. 22043787.

Vēlos nomāt lauksaimniecības zemi.
Tālr. 28772537.

Pievēd smilti, granti, šķembas.
Remontē piebraucamos ceļus. Ierok
un savieno ūdensvadus,
kanalizāciju un elektrokabeļus.
Tālr. 25685918.

Izved cirmsmas, apaugumus.
Plēš celmus, krūmus.
Tālr. 28608343.

Informē VID

Svarīga informācija par darbu vasaras brīvlaikā skolēniem un viņu vecākiem

Tuvojoties vasaras brīvlaikam, atgādinām, ka vecākiem ir tiesības saglabāt nodokļa atvieglojumu par bērniem, kuri strādā tikai vasaras brīvlaikā, ir vecumā līdz 19 gadiem un mācās vispārējās, profesionālās, augstākās vai speciālās izglītības iestādē.

Nodokļu atvieglojumi vecākiem

Ja bērns līdz 19 gadu vecumam turpina mācības un strādā tikai vasaras brīvlaikā (no 1.jūnija līdz 31.augustam), vecākam nav algas nodokļa grāmatiņā jāsvitro ieraksts par bērnu kā apgādājamo, un atrašanās vecāka apgādībā arī netiks pārtraukta automatiski. Tādējādi arī tad, ja bērns vasaras brīvlaikā strādā, vecāks saglabā atvieglojumu par apgādībā esošu personu – vecāka algas daļa, ko neapliek ar nodokļiem, palielinās par 250 eiro mēnesī.

Savukārt tiem vecākiem, kuru bērni līdz 19 gadu vecumam mācās un strādā arī mācību gada laikā, bērna atrašanās apgādībā tiek pārtraukta automatiski – tiklīdz skolēns uzsācis darba attiecības. Ja skolēns pārtrauc strādāt, vecākiem pašiem bērns jāatjauno apgādībā.

Nodokļu samaksas nosacījumi

Nodokļu samaksas nosacījumi ir atkarīgi no tā, kāds nodokļu maksāšanas režīms ir skolēna darba devējam:

- vispārējais nodokļu maksāšanas režīms;
- darba devējs ir lauksaimnieks.

Ja skolēns strādā pie darba devēja (arī pie mikrouzņēmumu

nodokļa maksātāja) vispārējā nodokļu maksāšanas režīmā, tad darba devējs no algas maksā iedzīvotāju ienākuma nodokli 20% (vai 23%, ja nav iesniegta algas nodokļa grāmatiņa vai tā ir iesniegta, bet tajā nav atzīmēta darbavieta, vai skolēns algas grāmatiņā ir atzīmējis, lai piemēro 23%) un valsts sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas 34,09%.

Sociālās iemaksas neveic, ja skolēns ir jaunāks par 15 gadiem. Citos gadījumos 10,50% darbaņēmēja sociālo iemaksu daļu darba devējs ietur no skolēna algas, savukārt 23,59% sociālo iemaksu daļu darba devējs maksā no saviem līdzekļiem.

Algas nodokļa grāmatiņa

Skolēni, kuri strādās vasaras mēnešos, var izvēlēties – iesniegt vai neiesniegt algas nodokļa grāmatiņu.

Ja algas nodokļa grāmatiņa netiek iesniegta, tad ienākumiem tiek piemērots iedzīvotāju ienākuma nodoklis 23% apmērā no pirmā centa. Taču pēc tam, nākamajā gadā, no 1.marta līdz 1.jūnijam iesniedzot gada ienākumu deklarāciju, var saņemt atpakaļ pārmaksāto iedzīvotāju ienākuma nodokļa daļu.

Savukārt, ja algas grāmatiņu iesniedz un tajā atzīmē darbavietu, ienākumiem tiek piemērots iedzīvotāju ienākuma nodoklis 20% apmērā un arī VID prognozētais neapliekamais minimums.

Piemēram, ja saņemamā atlīdzība ir 500 eiro un ir piemērots VID prognozētais mēneša neapliekamais minimums 150 eiro, skolēns pēc nodokļu samaksas saņem 388 eiro.

Ja algas nodokļa grāmatiņa nav iesniegta un saņemamā atlīdzība ir 500 eiro, skolēns pēc nodokļu samaksas saņem 343 eiro.

Ja skolēns izvēlas iesniegt algas nodokļa grāmatiņu, tad tajā jāatzīmē galvenā ienākuma gušanas vieta (t.i., jāatzīmē attiecīgais darba devējs, pie kura bērns strādās).

Algas nodokļa grāmatiņa ir pieejama tikai elektroniski VID Elektroniskās deklarēšanas sistēmā, un visas darbības, kas tajā veicamas, notiek elektroniski.

Ja skolēns vasarā saņem sezonas laukstrādnieku ienākumu, strādājot lauku darbos, skolēna ienākumam tiek piemērota nodokļa likme 15%, bet ne mazāka kā 0,70 eiro katrā nodarbinātības dienā.

Piemēram, ja kopējā saņemamā atlīdzība par mēnesi ir 500 eiro un nevienā no dienām tā nav mazāka par 4,70 eiro, ienākums, ko saņems skolēns pēc laukstrādnieku ienākuma nodokļa nomaksas, būs 425 eiro.

Plašāka informācija par elektroniskajām algas nodokļa grāmatiņām pieejama VID mājaslapas sadaļā "Algas nodokļa grāmatiņa".

Jautājumu un neskaidrību gadījumā aicinām zvanīt uz VID konsultatīvo tālruni 67120000 vai uzdot jautājumu rakstiski savā EDS kontā, sadaļā "Sarakste ar VID".

Jaunieši, kuri iecerējuši vasaras mēnešos strādāt, noderīgu informāciju atradīs arī Valsts nodarbinātības aģentūras, Valsts darba inspekcijas un Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūras tīmekļa vietnē.

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

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

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

REDAKTORS E.GABRANOVŠ - T. 29360850
ŽURNĀLISTI: S.KARAVOIČIKA - T. 26707934;
Z.LOGINA - T. 29203754; I.ZINKOVSKA - T. 28319682;
M.SPRUDŽĀNE - T. 27832538; I.TUŠINSKA - T. 27145837;
A.LOČMELIS - T. 26665086. KOREKTORE S.GUGĀNE
GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA - T. 25908200
ŠOFERIS A.KIRSANOVS - T. 27870730
Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961

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

Datorsalikums-
**SIA "Balvu Vaduguns",
R.KACĒNS**
Iespiests SIA "Latgales
Druka", Rēzeknē,
Baznīcas 28
TIRĀŽA - 2570