

## Labākā no labākajām



Foto - E. Gabranovs

**Izvirziet mērķus!** Aktieris Jānis Kirmuška un grupas "Apvedceļš" menedžeris Armands Leimanis ir pārliecināti, ka ikvienam jāizvirza lielāki vai mazāki mērķi. "Rudenī klajā nāks dziesmu albums. Ko vēl darīsim? Dullosimies!" jokoja Armands (foto no labās).

Edgars Gabranovs

**Ierasts, ka, atklājot koncertus, viesmākslinieki pavēsta, ka ieradušies Latvijas skaistākajā un labākajā pilsētā, turklāt neizpalikuši kuriozi, kad Balvus nodēvē, piemēram, par Bausku. Jāsecina, ka vasaras šlāģerfestivālu "Apvedceļš" svin Balvos" pilsētas estrādē aktieris Jānis Kirmuška pieteica godam: "Tika nolemts, ka uz Balviem jābrauc vislabākajam, vistalantīgākajam, visskaistākajam un visslaidākajam aktierim. Kāpēc smejiaties? Jūs neesat redzējuši tos pārējos."**

Tāpat Jānis Kirmuška uzsvēra, ka uz Balviem atbraukušas pārbaudītas vērtības. "Būs zināmas un mazāk zināmas dziesmas, kad gaviļēs jūsu sirdis un dvēseles!" solīja viņš. Arī kultūras darbinieks, mūziķis un literāts Māris Lāpāns neslēpa gandarijumu, ka Balvos atkal notiek brīvdabas koncerti. Spriežot par Covid-19 ietekmi uz skatītāju aktivitāti, Māris atgādināja, ka visas lietas kaut ko ietekmē. "Patiesībā par to vēl pāragri diskutēt," viņš piebilda. Tajāpat, vai arī mūzikas festivāls "Osvalds" varētu atdzimt, mūziķis diplomātiski atjokoja, ka tam vēl nav nobriedis. Aktieris J. Kirmuška "Vadugunij" apgalvoja, ka cilvēki ir nocietušies pēc pasākumiem un tusiņiem: "Šovasar izdevās pabūt šlāģerziņģē Nītaurē, kur cilvēku bija ļoti, ļoti daudz - visi bija priecīgi, smaidīgi un lustīgi. Vai skatītāju aktivitāte atšķiras, piemēram, Kurzemē vai Latgalē? Šķiet, ka 'jā', jo kurzemnieki sākumā ir rezervētāki un ieturētāki. Balvos jau no pirmajiem teikumiem skatītāji mani uzņēma un smaidīja pretī. Balvos esmu viesojies diezgan bieži, tostarp vadījis motociklistu saietu un vairākus gadus piedalījies kā "Motociklistu vasaras"

dalībnieks. "Spieķiem vējā" noteikti vajadzētu atgriezties aprītē - veči nemetiet plinti krūmos, vējš matos un lai ripo brīvība uz ceļa! Aicinu cilvēkus, neskatoties uz svelmi, izbaudīt vasaru. Mēs varam tikai priecāties, ka dzīvojam tādā kā Dieva ausī un piedzīvojam četrus gadalaikus."

Grupas "Apvedceļš" mūziķis un menedžeris Armands Leimanis pieļāva, ka Balvos pavisam noteikti ir vasaras karstākā diena. Runājot par Covid laikā izpalikušo grupas divdesmit gadu jubilejas balli, A. Leimanis atzina, ka ir lietas, par kurām gribas aizmirst: "Varu droši teikt, ka šis ir "Apvedceļa" 22. jubilejas ieskaņas pasākums, jo pēc Balviem mēs dosimies uz Pierīgu, Strenčiem un jubilejas tūri noslēgsim Limbažos. Redzot pirmo pasākumu Balvos, citēšu Jāņa Kirmuška kolēģi Edgaru Liporu: "Paskatieties un jūs sapratīsiet, ka Dieviņš ir latvietis." Vidzemē un Balvos, kas ir Latgales bastions, braucot no Smiltenes, cilvēki ir atvērtāki un fiksāki, bet Kurzemē un Zemgalē nogaidošāki. Toties otrajā pasākuma daļā visi ir vienlīdz forši." Lūgts atklāt aktivitāšu recepti, kas katram vasarā būtu jāizbauda, "Apvedceļš" menedžeris nosmēja, ka baidās to nosaukt: "Tomēr aicinu ikvienu izbaudīt karsto vasaras sauli, kaut gan dakteri teiks: "Nē, necepinieties saulē!" Tad es teiktu - baudiet aukstu aliņu, bet dakteriem atkal būs savs sakāmais. Jebkurā gadījumā šajā vasarā, nākamajā un vēl nākamajās ir jāsmaida. Tad viss būs kārtībā!"

Pēc koncerta ballītes iegriezējs DJ Japānis jeb balvenietis Jānis Pastars pirms šlāģerfestivāla uzsvēra, ka dodot simts punktus, ka skatītāji kļūst aktīvāki: "Acimredzami, ka cilvēki pēc pasākumiem ir noilgojušies. Novēlu izbaudīt karstumu un par to nesūroties. Latvijā vasara ilgst tikai trīs mēnešus un labi, ja no tiem vismaz divi ir silti. Nečīkstiet! Par karstumu vajag priecāties!"

## Īsziņas



### Ekspedīcija Balvu novadā

### Covid-19

(1. jūlijā)

Balvu novads - 23  
Alūksnes novads - 10  
Gulbenes novads - 25  
Ludzas novads - 19  
Rēzeknes novads - 17  
Madonas novads - 48

Latvijas Universitātes Humanitāro zinātņu fakultātes pētnieki un studenti līdz 9. jūlijam atradīsies Balvu novadā Viļakas apkārtnē Tradicionālās kultūras un mutvārdu vēstures ekspedīcijā. 6. jūlijā plkst. 19.00 Viļakas Valsts ģimnāzijā notiks kopīgs vietējo folkloras kopu (piedalīsies "Atzele", "Abrenīte" un "Egle") un ekspedīcijas dalībnieku vakarēšanas un sadziedāšanās pasākums, uz kuru visi laipni aicināti. Ekspedīcijā LU pētnieku grupai pievienosies Rīgas Mākslas un mediju koledžas topošie video operatori, lai video sižetos fiksētu ekspedīcijas gaitu.

### Vienota maksa par reģistrēšanu datubāzē

Valdība apstiprinājusi Zemkopības ministrijas sagatavoto mājas (istabas) dzīvnieku reģistrācijas kārtību, nosakot, vienotu samaksu visiem praktizējošajiem veterinārārstiem. Jaunā kārtība noteic, ka dzīvnieka apzīmēšana ar mikroshēmu, pases izsniegšana un pirmreizējā dzīvnieka reģistrācija datubāzē būs "vienots komplekss", ko veiks tikai praktizējošs veterinārārsts. Dzīvnieka īpašnieks par mājas (istabas) dzīvnieka reģistrāciju datubāzē norēķināsies tikai ar veterinārmedicīniskās prakses iestādi (praktizējošo veterinārārstu), veicot maksājumu: par mājas (istabas) dzīvnieka reģistrāciju datubāzē saskaņā ar LDC publisko maksas pakalpojumu cenrādi - 7 eiro un par praktizējošā veterinārārsta sniegto pakalpojumu mājas (istabas) dzīvnieka reģistrācijas nodrošināšanai - 5,50 eiro.

Nākamajā  
vadugunī

● "Palādas" iestudē izrādi  
latgaliski  
"Skroderdienas Silmačos"  
Baltinavas estrādē

● Pētīs tradicionālo kultūru  
Ekspedīcija Balvu novadā

## Vārds žurnālistam

Maruta Sprudzāne

Vasara uzņem apgriezienus. Jau smaržo liepas, un nobaudīts pirmais jaunās sezonas bišu medus vākums. Daudzi priecājas par labu zemeņu ražu. Laikam taisnība, ka Dabas māte zina, ko dara, uzlikdama pārbaudi cilvēkiem ar vēsumu, lietu vai karstumu, taču zināma ražas daļa būs tik un tā. Protams, ja dārzu un lauku saimnieki pieliek arī savu roku, lai zaļo un aug. Rūpju netrūkst. Daudzi pievakarēs ar traukiem rokās apseko savus kartupeļu lauciņus, lai kaut cik apkarotu lapgrauzi. Kolorado vaboles ir sadējušas olas, un tagad ar kartupeļiem barojas oranžsārtie kāpuri. Vietām to saradies tik daudz, ka stublājus nograuz pat *plikus*.

Vasara ir atvaļinājumu laiks. Peldētājus izbrīnī mainīgā ūdens temperatūra Balvu ezerā. Daždien virsējais slānis tik silts, kā būtu uzsildīts vannā, bet kājas apakšpusē pat salst. Otrā dienā ūdens temperatūra vienmērīga. Lai kāda arī kura diena, ir vērts brīst ūdenī un piekopt peldes, priecājoties, ka mūsu pilsētas iedzīvotājiem dota tāda dabas bagātība, kas palīdz norūdit un stiprināt veselību.

## Latvijā

**Ukraiņi iznīcina krievu divīziju, Latvijai dots laiks sagatavoties.** Ukrainas armija šobrīd pavisam burtiski karo mūsu vietā, plucinot un iznīcinot Krievijas bruņoto spēku divīzijas, kas līdz šim atradās Latvijas robežas tuvumā un bija kā bubuļi, ar kuriem mums tika draudēts jau kopš 1990. gadiem. Tomēr, kā vērtē eksperti, šis nav brīdis bezbēdīgam priekam, bet gan mums dots handikaps, kura laikā Latvijai ir krietni jāaudzē savas aizsardzības spējas, lai varētu stāties pretī Krievijas bezgalīgajam iekarotāja ambīcijām.

**Būtiska ietekme uz pārtikas cenām.** 2022. gada jūnijā, salīdzinājumā ar to pašu periodu 2021. gadā, pārtikas produktu cenu kāpums ir bijis visās produktu kategorijās. Vislielākais cenu kāpums bijis bakalejas produktiem, dārzeņiem un piena produktiem, liecina Lauksaimniecības tirgus veicināšanas centra rīcībā esošā informācija.

**Latvijā skaidri jānedefinē, cik daudz bēgļu uzņemt, cik līdzekļu tam tērēt.** Komentējot no 1. jūlija spēkā stājušo samazināto atbalstu par Ukrainas bēgļu izmitināšanu un pašvaldību gatavošanos bēgļus izmitināt sporta zālē, Saeimas deputāts Krauze teica, ka valstiski ir ļoti skaidri jānedefinē, cik lielus resursus un cik plaši bēgļus aicina šurp.

**Partiju reitings pagaidām nemainīgs.** Ja Saeimas vēlēšanas notiktu šodien, Latvijas parlamentā iekļūtu seši politiskie spēki, liecina jaunākie pēc Latvijas Televīzijas pasūtījuma veiktie partiju reitingi. Pirmajās trīs pozīcijās kopš iepriekšējā reitinga izmaiņu nav - tās ieņem Jaunā vienotība (JV), Nacionālā apvienība (NA) un Saskaņa (S). Neviens no partijām gan nevar dižoties ar ļoti lielu sabiedrības atbalstu.

**Vasaras nometne Mālpilī.** 3x3 saiets notiks Mālpilī no 10. līdz 17. jūlijam. Kā ierasts, katru dienu trīs cēlienotiks ievirzes, tai skaitā bērniem, būs tikšanās ar interesantām personībām, novada iepazīšanas ekskursijas, daudzīnājums, latviskie danči un tradicionālā nikšana ar draudzīgo dziedāšanu un sarunām. Saieta dalībnieki nakšņos bijušās Mālpils arodvidusskolas kopmītnēs, bet darbošanās lielākoties notiks Mālpils vidusskolas telpās, arī Mālpils kultūras centrā.

**Liepājas pludmalē sastop valzirgu.** Ap pulksten vieniem naktī Liepājas pludmalē vairāki jaunieši, kuri iznākuši no peldes jūrā, sastapušies ar valzirgu. Pamanījuši jūrā kaut ko, gribējuši saprast, kas tas ir, un, iznākuši ārā no peldes, pagaidījuši, līdz dzīvnieks iznācis krastā. Dabas aizsardzības pārvalde par valzirga *viesošanos* Liepājas pludmalē saņēmusi informāciju vakardienas rītā. Pārvalde lūdz iedzīvotājus šim dzīvniekam, ja to sastop, netuvoties, kā arī neiet tuvāk par 10 metriem. Satiktais dzīvnieks esot uzvedies mierīgi un neesot izrādījis agresivitāti. Mūsu pusē šādi dzīvnieki nedzīvo, taču ir ziņas, ka šad un tad valzirgi izpeld krastā.

(No portāliem [www.liepajniekiem.lv](http://www.liepajniekiem.lv); [www.delfi.lv](http://www.delfi.lv); [www.tvnet.lv](http://www.tvnet.lv); [www.latviesi.com](http://www.latviesi.com))

# Ja ceļā gadās čūska

Maruta Sprudzāne

**Ir vasaras karstais laiks, un cilvēki stāsta, ka savos dārzos vai pat pagalmos redzējuši čūskas. Kādam tā pamanījusies ielīst pat siltumnīcā. Ieraugot rāpuli, parasti pārņem nepatīkamas izjūtas, pat bailes. Kā rīkoties un ko darīt, ja patiešām čūska iekodusi?**

## Kā atšķirt indīgo no neindīgajām

Der uzmanīgi aplūkot galvas formu un rakstus. Odzes galvas forma ir trīsstūrīga, līdzīgi arī citām indīgajām čūskām, kas Latvijā gan nav sastopamas. Vēl viens pavēdiens ir kodiena brūces forma. Indes čūskas parasti atstāj divas dziļas caurduršanas brūces, turpretī neindīgās mēdz atstāt pakava formas gredzenu ar sekliem punktiņiem koduma vietā. Atšķirīgi ir ķermeņa raksti. Latvijā ir tikai divas čūskas (ja neskaita glodeni), un der zināt, ka zalktīm vēders ir iedzeltens un tam ir dzeltenīgas "austiņas" (lai gan patiesībā čūskas nedzird, uztver vibrācijas ar ķermeni). Odzei savukārt vērojama zigzaga līnija pār ķermeni, lai gan nereti zalkša austiņu dzeltenums ir ļoti bāls un ar aci nepamanāms, tāpat arī odzes zigzags var nebūt ļoti izteikts un uzreiz pamanāms.

Zalkša kodums nebūs indīgs, taču var raisīt infekciju, tādēļ koduma vietu vajadzētu apkopt, uzlikt kompresi un, ja parādās apsārtumi vai iekaisums – doties pie ārsta. Odzes koduma vietā būs redzami četri koduma punktiņi un jau dažu minūšu laikā var rasties tūska, āda kļūst zilgana. Dažkārt reakcija ir izteikti alergiska un izraisa elpošanas problēmas, var sākties smakšana, galvas reiboņi. Odzes kodums vairāk indīgs būs brīdī, kad tā ir izsalkusi, bet apmēram 25% no indīgo čūsku kodumiem ir tā saucamie "sausie kodumi", kas nesatur indi.

## Labākā aizsardzība - profilakse

Balvu neatliekamās medicīniskās palīdzības brigādēm, kā noskaidrojām, līdz šim nav nācies sniegt palīdzību pacientiem, saistībā ar čūskas kodumu, bet Viļakas brigādei gan. Neatliekamās medicīniskās palīdzības mediķe Anita Petrova uzsver, ka vislabākā aizsardzība nelaimes novēršanai vienmēr ir profilakse. Proti, ejot uz mežu, kājās apvilkt garus zābakus, paņemt līdzī ūdens pudeli, uzlādētu telefonu un drošībai

# Pārvaldes vadītāja iesniedz atlūgumu

Aija Socka

**Aizvadītā gada izskaņā Lazdukalna pagasta pārvalde ieguva jaunu vadītāju, taču jau jūnijā pārvaldes vadītāja MARUTA KALNĒJA uzrakstīja atlūgumu.**

## Turpinās strādāt skolā

Pagasta pārvaldes vadītāja pildīs darba pienākumus līdz 1. augustam, bet par imesliem, kas lika izšķirties par aiziešanu no jauniegūtā darba, saka: "Augsti novērtēju doto iespēju izmēģināt darbu pašvaldības iestādē. Paldies par to! Pēc ilgākām pārdomām izlēmu atteikties no pārvaldes vadītājas amata. Kā jau kādreiz teicu, – dzīvē jāizmēģina dažādas lietas. Izmēģināju un, strādājot pārvaldē, sapratu, ka administrācijas darbs nav mans, jo ikdienā daudz laika jāpavada pie datora, kur ļoti pietrūkst ierastās kņadas visapkārt. Šim darbam, protams, ir arī daudz dažādas pozitīvas lietas, kā, piemēram, komunikācija ar iedzīvotājiem. Lai arī dažreiz viedokļi atšķiras, centāties atrast "zelta" vidusceļu, kur visi ir apmierināti. Lai Lazdukalna pagastam pietiek drosmes uzdrošināties jauniem izaicinājumiem!"

Runājot par paveiktajiem darbiem, M.Kalnēja min obligātās dokumentācijas izstrādāšanu, dažādu failu izveidošanu, kas atvieglo ikdienas darbu, veicot aprēķinus un atskaišu sagatavošanu. Kā viens no darbiem bija plānots Benislavas diķa tīrīšana un labiekārtošana, bet diemžēl nepietiekamā finansējuma dēļ uzrakstīto projektu neapstiprināja. "Būtu jāizmēģina vēlreiz piedalīties kādā projektā un diķi iztīrīt, lai pagasta iedzīvotājiem un ciemiņiem ir, kur peldēties. Darāmo darbu ir daudz, bet iespēju krietni mazāk, tāpēc jāizvērtē svarīgākais un viss jādara pakāpeniski," atzīst pārvaldes vadītāja, kura turpinās strādāt par datorikas skolotāju Eglaines pamatskolā, savukārt Rugāju vidusskolā atgriezies kā datorikas un matemātikas skolotāja.

## Galavārdu teiks deputāti

Balvu novada pašvaldības izpilddirektore DAINA TUTIŅA

kabatā ielikt arī kādu pretalerģijas tableti. Mežā nevajadzētu doties vienaņā, jo nelaimes brīdī cilvēks var apjukt, sajūsties slikti, un tad noteikti būs vajadzīgs otra atbalsts.

Ieraugot čūsku, vislabāk ir mierīgi doties projām, jo parasti tā neuzbruks, ja vien nejutīsies patiesi apdraudēta. Turklāt košana raksturīga vairāk tieši odzēm. Iekož arī zalktis, taču tas būs ļoti reti – tad, ja viņam patiešām uzkāpsiet virsū un nodarīsiet sāpes. Odze gan ir agresīvāka un briesmu situācijā var uzbrukt.

Protams, čūskas kodiens, tāpat arī kukaiņu dzēlieni cilvēkiem rada dažādas sekas. Kāds var pat nomirt, citam ir tikai vieglas izpausmes un 'ātrā' palīdzība nav pat vajadzīga. Tāpēc ir jābūt uzmanīgiem un jāvēro savs veselības stāvoklis. Ja iekodusi odze, ko uzskata par indīgu, (nevienam gan

nevajadzētu tādēļ nomirt), vispirms, kā uzsver mediķi, jāaglabā miers un jācenšas samazināt asinsrites ātrumu, tāpēc pēc čūskas koduma nevajag skriet, jo tas paātrinās asinsriti un inde izplatīsies straujāk. Var pielikt vēsu kompresi un mierīgu, lēnā gaitā doties uz auto un meklēt mediķu palīdzību pašam vai arī izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību, zvanot 113. Ja sakosts bērns, nedrīkst ļaut viņam iet pašam. Mediķi novērtēs cilvēka veselības stāvokli un izdarīs nepieciešamo. Ja pēc koduma vai dzēlieniem veselība pasliktinās izteikti strauji - sākas galvas reiboņi, slika dūša, elpas trūkums, tad 'ātrie' jāizsauk

nekavējoties.

## Vēl citi padomi

- Nedzeriet alkoholu un kafiju! Nemēģiniet savas bailes un čūsku indi mazināt, dzerot spirtotos dzērienus! Arī kofeīna lietošana var paātrināt sirdsdarbību, tādēļ nav ieteicama.
- Nemēģiniet indi izsūkt vai izgriezt no koduma vietas! Pirms dažām desmitgadēm šo paņēmieni gan ieteica, taču griešanas un indes sūkšanas metode ir daudz pētīta un pētījumi liecina, ka tā ir neproduktīva. Inde parasti pa ķermeni izplatās pārāk ātri, lai būtu cerības izsūkt pietiekamu daudzumu, savukārt brūces griešana var tikai radīt papildu audu bojājumus un infekcijas risku.
- Neaiztieciot un nekasiot brūci! Vislabāk noņemt visu ciešo apģērbu, ja sāk veidoties pampums, un rūpēties, lai brūce paliek neskarta, līdz ierodas mediķi.

 **Pacenties atcerēties, kā izskatījās čūska, lai varētu to aprakstīt, tiklīdz sasniegsiet mediķus.**

Kā vērtējat iniciatīvu pāriet uz četrpārpus darba nedēļu?

Viedokļi

# Eksperimenti liecina, ka tam ir tikai pozitīvs efekts



**DENIS MEĻEHOVS**, iniciatīvas pārstāvis portālā 'manabalss.lv', dzīvo Rīgā

Jau līdz šim esmu lasījis par iniciatīvām, kas paredz samazināt darba dienu skaitu, kā arī to, ka četrpārpus darba dienu eksperimenti tiek pieņemti citu valstu kompānijās un organizācijās. To visu apspriedu ar saviem

kolēģiem, kā rezultātā šādu iniciatīvu nolēmu iesniegt arī es, lai apskatītos, cik lielu atsaucību tā gūs. Turklāt līdz šim pats strādāju kompānijā Anglijā, kas saviem darbiniekiem piedāvāja iespēju strādāt četras dienas nedēļā. Man arī bija kolēģi, kuri strādāja šādā režīmā, un no viņiem dzirdēju tikai pozitīvas atsauksmes. Jāpiebilst, ka pēc izglītības esmu elektronikas inženieris, bet pēc universitātes absolvēšanas sāku strādāt par programmētāju. Ar to nodarbojos arī joprojām – esmu programmēšanas inženieris.

Kādi ir argumenti, kādēļ būtu jāpāriet uz četrpārpus darba nedēļu? Kā piemēru ņemot citu valstu uzņēmumus un dažādas organizācijas, kur šāds darba režīms tika ieviests, var secināt, ka tas, pirmkārt, neradīja produktivitātes samazināšanos. Otrkārt, cilvēki bija labāk atpūtušies un izdarīja tādu pašu darba apjomu, kā līdz tam nedēļā strādājot piecas dienas. Turklāt darbinieki ar savu darbu un dzīvi kopumā jutās krietni apmierinātāki. Viens no zināmākajiem piemēriem pasaulē, kur veica eksperimentu pārejai uz četrpārpus darba nedēļu, bija 2019.gadā uzņēmumā "Microsoft Japan". Tas ne tikai bija absolūti veiksmīgs, paaugstinot darba produktivitāti, bet kompānija spēja arī iekonomēt uz mazāku elektroenerģijas patēriņu. Vēl viens liels eksperiments tika veikts Jaunzēlandē, kur

apmēram 2500 valsts organizāciju darbinieki pārgāja uz 35 stundu darba nedēļu. Arī šim eksperimentam bija tikai pozitīvi rezultāti. Savukārt šobrīd šāds liels eksperiments notiek Lielbritānijā, kurā piedalās ap 3300 darbinieku no 70 kompānijām. Rezultātus varēs uzzināt pēc apmēram pusgada. Tāpat trīs brīvdienas nedēļā sniedz cilvēkiem iespēju veltīt laiku dažādām papildus nodarbēm un vaļaspriekiem, kas arī var dot papildus pozitīvu ekonomisko efektu. Vairāk brīvā laika sniedz arī iespēju paaugstināt savas prasmes un iemaņas, apgūt kaut kādus kursus, vairāk mācīties. Runājot par potenciāliem trūkumiem, saprotu, ka ne visās nozarēs būtu vienlīdz viegli ieviest četrpārpus darba nedēļu. Tas tādēļ, jo, piemēram, ir darbavietas, kur lielāks darba stundu skaits tieši ietekmē saražotās produkcijas daudzumu. Jāuzsver, ka konkrētajā gadījumā pāreja uz četrpārpus darba nedēļu tiek piedāvāta bez atalgojuma samazināšanas. Tajā pašā laikā, protams, vispirms nepieciešams veikt pētījumu par potenciālo ietekmi uz izmaiņām darba nedēļā. Proti, četrpārpus darba nedēļa jāievieš atsevišķās kompānijās un organizācijās, kā tas tiek darīts ārvalstīs, un tad jāanalizē, kādi tam būs rezultāti. Tam visam nepieciešama zinātniska pieeja. Un pēc

šādiem eksperimentiem citās valstīs mēs jau varam secināt, ka tam ir tikai pozitīvs efekts. Līdz ar to četrpārpus darba nedēļa mums ES vidējo labklājības līmeni palīdzēs sasniegt vēl ātrāk, nevis Latvijas valsts ekonomiku atmetīs vairākus soļus atpakaļ.

Latvijā 2020.gadā līdzīgs priekšlikums pārejai uz četrpārpus darba nedēļu jau tika noraidīts. Viens no argumentiem bija, ka, salīdzinot ar Eiropas Savienības vidējiem rādītājiem, samazināsies produktivitāte un ekonomiskā situācija pasliktināsies vēl vairāk. Neesmu pārliecināts, vai šoreiz šo iniciatīvu izdosies ieviest, bet uzskatu, ka šo tēmu ir vērts apspriest un kaut vai spert pirmo soli preti tam. Esmu šīs iniciatīvas autors, bet pagaidām nekādu kontaktu ar varasvīriem, kuri aicinātu to visu pārrunāt, man nav bijis. Kas attiecas uz Latvijas politiku un šobrīd valstī notiekošo kopumā, pašlaik galvenais jautājums ir cenu paaugstināšanās praktiski visam. Īpaši mēs to sajūtīsim līdz ar ziemas iestāšanos. Cenu paaugstināšanās negatīvi ietekmē valsts attīstību un ļoti pasliktina iedzīvotāju labklājību. Tuvākajos mēnešos mēs redzēsim, kā mūsu valdība spēj ar šīm problēmām cīnīties un cik ļoti ir gatava atbalstīt savus pilsoņus. Ceru, ka valdība mums neliks vilties.

## Neesam gatavi strādāt mazāk un efektīvāk



**ELĪNA KAĻVA**, uzņēmēja no Balviem

Manuprāt, Latvija un latvieši nav pietiekami bagāta valsts un tauta, lai varētu atļauties piecu darba dienu vietā strādāt četras. Mēs to vienkārši nevaram, jo tad būtu ļoti, ļoti daudz jāstrādā, lai sasniegtu Dānijas vai kādu citu Eiropas valstu līmeni, kurās kaut kas tāds jau ieviests. Tam tiešām jābūt ļoti dārgam pakalpojumam, lai cilvēks varētu pelnīt to pašu naudu tikai četrās dienās. Es noteikti neatbalstu šo iniciatīvu, jo, vēlreiz uzsvēršu, mēs neesam ne garīgi, ne materiāli tam gatavi. Taču, ja kāds to tomēr vēlas, to droši var darīt, efektīvi samazinot savas darba stundas. Tā ir katra brīva izvēle, kā strādāt.

Ja arī teorētiski pieļaujam, ka šādu iniciatīvu Latvijā ievieš, es nedomāju, ka tad darbinieki sāktu strādāt efektīvāk, ātrāk, produktīvāk. Nekas nemainītos. Zinot latviešu darba kultūru, varbūt pat būtu otrādi - cilvēks ātrāk sāktu domāt par brīvdienām un darba produktivitāte kristu. Lai darbinieks strādātu ar pilnu atdevi, viņam būtu jāierodas

darbā jau pulksten 8.45, jānoskaņojas, jāizdzer kafija, bet pulksten 9 jau jābūt gatavam pirmajam klienta zvanam. Kā notiek pie mums? Darbinieks ierodas darbā pulksten 9 no rīta, izdzer kafiju, aprunājas ar kolēģiem un tikai tad sāk strādāt. Diemžēl latvieši neizceļas ar punktualitāti un darba laika ievērošanu. Protams, ir arī uzņēmumi, kuros strikti ievēro darba laiku, bet tam ļoti jāseko līdz. Manuprāt, vislabāk darba kultūru var iemācīties, aizbraucot pastrādāt uz ārzemēm.

Man pašai bijusi darba pieredze vairākos uzņēmumos, un kā viena no atmiņā palikušajām bija uzņēmumā, kas darbojas klientu apkalpošanas sfērā. Tad bija tā, kā minēju iepriekš. Atnācu uz darbu pulksten 8.40, noskaņojos darbam, noliku mantas, ieslēdzu datoru, parunājos ar kolēģiem, bet pulksten 9.00 sākās darbs. Un darba diena beidzās pulksten 18.00, nevis 17.45, kad darbinieks sakārtojās somu jau iziet pa durvīm. Pieļauju, ka mazākos uzņēmumos ir brīvāk, tur nepabeigts vai pabeigts darbs redzams uzreiz. Ir uzņēmumi, kuros speciāli seko līdz datortpeles kustībām un uzskaita laiku. Līdz ar to darbinieks saņem lielāku atalgojumu, jo darba devējs redz, ka viņš vairāk strādājis.

Protams, jebkurā uzņēmumā ļoti svarīga darbinieka motivācija. Mani darbinieki var izmantot sociālās garantijas, atvaļinājumu un labi atpūsties, tai pat laikā zinu gadījumus, kad uzņēmēji cilvēkus vienkārši nelaiž atvaļinājumos un ļoti daudz nostrādina. Tā jau ir kopējā uzņēmuma kultūra, kad darbiniekam jāizvērtē, kur strādāt. Cilvēkam pašam jāsaprot sava vērtība - kur viņš vēlas strādāt un cik dārgs ir viņa laiks. Mani novērojumi liecina, ka darbinieki mēdz būt

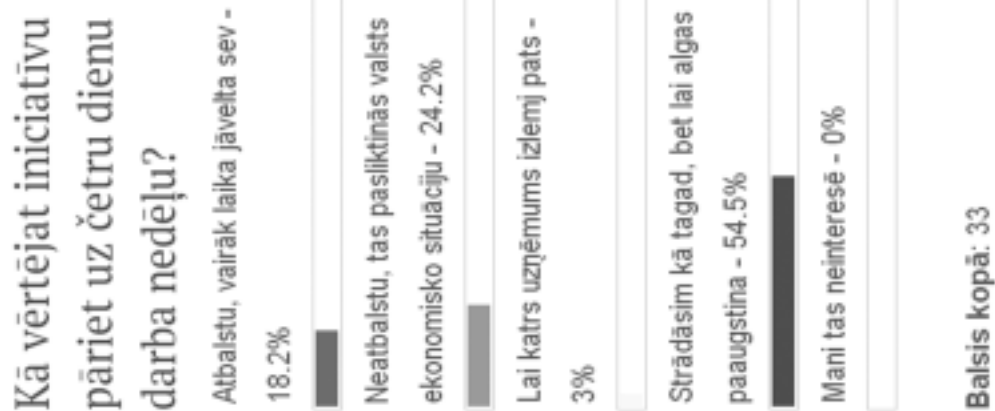
dažādi. Ir tādi, kuriem ir interese par darbu, viņi cenšas un attaisno sevi - tie ir zelta vērti. Ir arī tādi, kuri nepavisam negrib strādāt. Zinu gadījumus, kad gatera īpašniekam jādodomā, kuru no diviem darbiniekiem atbrīvot - dzērāju, vai to, kurš sēž telefonā. Protams, ka izvēlas atlaist to, kurš dzer, jo tas, kurš sēž telefonā, nodara mazāku kaitējumu. Varbūt cilvēks darbā nedzer un nesmēķē, toties daudz laika pavada sociālajos tīklos, kas arī nav labi.

Lai saņemtu atalgojumu, darbiniekam sevi jāatpelnā. Viņam jābūt produktīvam, jo nevar darba laikā vienkārši sēdēt, skatīties debesīs un par to saņemt naudu. Kā uzņēmuma vadītāja es vienmēr uzsveru, ka viss jāizdara darba laikā. Cilvēkam jāspēj izpildīt uzdotais darbs. Ja viņš to nespēj, tas nozīmē, ka tomēr nav atbilstošas kvalifikācijas. Arī es mēdzu meklēt darbiniekus un, teikšu, kā ir, tas nemaz tik viegli nav. Nozare, kurā darbojos, ir diezgan specifiska. Manuprāt, mūsu pilsētai trūkst marketinga, informācijas, ka te ir ļoti forši dzīvot un šī ir

labā vieta, kur atgriezties. Taču tā nav tikai mūsu problēma - ar to saskaras visur. Vienkārši nav cilvēku. Arī mēs, uzņēmēji, nevaram piedāvāt foršu darbu, ja apkārt nekā cita nav un nav interesanti te dzīvot. Grūti atrast argumentus, lai cilvēks no Rīgas pārceltos uz dzīvi Balvos. Jābūt ļoti spēcīgai motivācijai, lai kaut ko tādu darītu. Man bijuši darbinieki no Alūksnes, Kārsavas, Rēzeknes, Bērzpils, Tilžas - es savu misiju esmu izpildījusi, jo ar savu darbu uz Balviem esmu atvilinājusi daudz ģimenes. Cenšamies rīkot pasākumus, kopā pavadīt laiku. Man svarīgi, lai darbinieks darba vietā justos pēc iespējas labi. Lai ir patīkami strādāt, lai labs mikroklimats kolektīvā un laba attieksme. Tas jābūt un par to jārunājas darba devējam, jo tas ir uzņēmuma tēls. Nedrīkst aizmirst, ka pilnvērtīgi atpūties darbinieks dod jaunu darba spar un darba produktivitāte pieaug.

Viedokļus uzklusīja  
S.Karavoičika un A.Ločmelis

Aptaujas rezultāti "Vaduguns" mājas lapā [www.vaduguns.lv](http://www.vaduguns.lv)





Svētkus svin zemnieki

# “Amatniekiem” un “Riekstiņiem” - trīs gadu desmiti

1.jūlijā Baltinavas pagasta zemnieku saimniecības “Amatnieki” un “Riekstiņi” sapostā atpūtas vietā pie Puncuļovas ezeriņa svinēja 30 gadu jubileju. Saimniecības vadītāji Guntars Barkevičs, Juris Kašs un Elvis Bartkevičs ar kolektīvu bija parūpējušies, lai ikviens šajā vakarā justos īpašs un gaidīts. Jauku svētku noskaņu radīja mūziķi Arnis Graps, “Baltie lāči” un “Ginc & Es”.



**Mācijām mēs, tagad māca mūs.** Zemnieku saimniecības “Īves” saimnieks Pēteris Kalniņš atcerējās baltinaviešu saimniekošanas sākumu, kā arī to, cik straujiem soļiem zemnieki attīstīja savas saimniecības. “Patīkami braukt garām sakoptajiem laukiem. Atceros, kā mēs viņus mācijām saimniekot, bet tagad mums jānācās no viņiem,” veiksmi vēlot, teica Pēteris. Skaidrīte Pilāte atklāja, ka ar šiem Latgales zemniekiem lepojas un stāsta visiem ciemiņiem, bet Vitālijs Kuļš atcerējās, kā septiņdesmitajos un astoņdesmitajos gados Baltinavas paraugsaimniecību brauca skatīties no visas Latvijas, un brauc arī tagad. “Jūs esat sasnieguši augstus rezultātus, un ir ar ko lepoties. Mēs tā nevarējām, bet prieks, ka jūs varat!” teica Vitālijs Kuļš.



**Grilē jērus un cūku.** Agris Poļaks ar brāli grilēja divus 16 kg jērus un 75 kg cūku. “Domāju, ka visi 250 viesi būs labi paēduši,” teica Agris. Viņš Latvijā ieviesis jaunu pakalpojumu - *Hog Roast*, kas ir grilētas veselas cūkas, jēra vai vistu pagatavošana un pasniegšana kopā ar salātiem, dārzeņiem, bagetēm un mērcēm. “Lai cūka būtu gatava ar garšīgu kraukšķīgu ādiņu, tā gudri jāgrilē 9 stundas,” skaidroja Agris no lecavas.



**Uz skatuves - saimnieki.** “Laiks pasniegt un saņemt dāvanas!” saimniekus uz skatuves aicināja Ritvars Gailums. Juris Kašs, Guntars Barkevičs un Elvis Bartkevičs atzina, ka ne tikai strādāt, bet arī dāvanas saņemt ir jāprot. “1991.gadā Guntars ieguva Breša zemnieka statusu, un tad 1992.gada janvārī kopā ar Juri dibināja zemnieku saimniecību “Riekstiņi”, bet zemnieku saimniecību “Amatnieki” oficiāli dibināja 1993.gadā,” atklāja Ritvars. “Mazāk runājam, vairāk lustējam!” vēlēja Guntars. “Prieks, ka ieradies tik daudz sadarbības partneru, radu un draugu!” teica Juris.



**Baudot gardās pankūkas.** Vija Milakne (no kreisās), Elita Čirka un Inese Lapse puda prieku par jauko svētku noskaņu. “Sirsniņš paldies Guntaram un visai pārējai komandai par brīnišķīgo 30 gadu jubilejas ballīti! Tā bija bauda garšas kārpīnām un izaicinājums kājām dancojot. Prieks par satiktajiem cilvēkiem un īpašo noskaņu, kad smeldzīgi spēlēja Arņa Grapa saksofons. Vakars bija brīnišķīgs,” atzina Vija Milakne.



**Dāvina lielu kliņģeri un zirņus.** Mārcis Valbergs no kompānijas “Valtek” ar ģimeni zemniekiem dāvināja lielu kliņģeri un zaļos dārza zirņiņus, sakot, lai uzsāktā sadarbība turpinās. “Sadarbojamies jau apmēram gadus sešus. Prieks, ka zemnieki izvēlas mūsu traktorus, šoreiz baltinavieši iegādājās “Fendt” traktoru,” atklāja Mārcis.



**Drošībai jābūt!** Zemnieku saimniecība “Pīlādži” saimnieks Guntis Logins un zemnieku saimniecības “Doburūči” saimnieks Vilnis Čirka, dāvinot kaimiņiem lielformāta suvenīru - lielgabalu, vēlēja, lai labības lauki ir aizsargāti.



**Lai visam pietiek laika!** Juris un Tatjana no Salnavas pagasta zemnieku saimniecības “Zelta sala” jubilāriem uzdāvināja laikrādi, vēlot, lai visam pietiek laika.

Lappusi sagatavoja Z.Logina

Taisi ragavas vasarā

# Viena saulaina diena Krišjāņos

Vasara, šķiet, tikko sākusies, jo siltumu un saulainu laiku gaidījām teju līdz Jāņiem. Taču pēc Jāņiem vasara apmetas uz otriem sāniem un laiks nosveras uz rudens pusi, lai gan daudziem tikai tagad sākas brīvdienas un atvaļinājumi. Par to, kas šajā laikā notiek attālākajā Balvu novada pagastā Krišjāņos, "Vaduguns" devās aprunāties ar pagasta pārvaldes vadītāju IVETU SOCKU-PUISĀNI un pagasta iedzīvotājiem.

Mežu ielokā noslēpies, pagasta centrs ir sakopts - izplauts, ar ziedošām puķu dobēm un vienkāršām dekorācijām. Taurenīšus kokos šogad nomainījušas dekoratīvās medus kāres ar bitītēm, ar iedzīvotāju iniciatīvu tiek labiekārtots bērnu šūpoļu laukums, iestādītas puķes, etiķkoku rinda, pērn Lielās talkas laikā bērnu rotaļu laukums no ceļa tika atdalīts ar dekoratīvo zīmuļu sētu. Vienkārši, ar iespējamiem līdzekļiem. Pagastā dara ne tikai vasarā darāmos darbus, bet plāno tos arī uz priekšu.

"Tikko Jāņus nosvinējām. Tautas nama vadītāja Inese Kalniņa pēc Jāņiem bija sagatavojusi aktivitāti, kad, telefonā lejuplādējot aplikāciju, Krišjāņos varēja iziet noteiktu maršrutu. Ja cilvēkiem garajās brīvdienās nebija ko darīt, tad viņi to varēja iziet. Man pašai šī aktivitāte ļoti patika. Ja iepriekšējos gados mēs Liendienās Krišjāņu Staburagā olas skaitījām vai Jāņos vainagus, tad šogad iedzīvotāji varēja izpausties šādi. Maršruts veda pa pagasta centru. Domāju, ka jānoorganizē izziņošs brauciens pa pagastu vai pat pa diviem vai trim pagastiem," saka Iveta Socka-Puisāne.

## Sāk pievest malku apkurei

Jautāta, vai pagastā jau domā par rudeni un zimu, un ne tikai domā, bet gatavojas jaunajai apkures sezonai, pārvaldes vadītāja stāsta, ka pagasta centrā pašvaldībai ir 51 dzīvoklis, sešos no tiem atrodas pašvaldības iestādes. Protams, ka visus uztrauc malkas jautājums, jo malka palikusi dārgāka. Malku pamazām sāk pievest, bet visa malka vēl nav iepirkta. Iepirkumu veic novada pašvaldība, bet tas notiek pa daļām, tādēļ uzņēmēji, kas nodarbojas ar mežizstrādi, izvērtē, kurš objekts atrodas tuvāk, tanī iepirkuma daļā arī piesakās. Krišjāņos malku pieved uzņēmējs no Lubānas. "Kad atved malku, tad atliek pašiem sagriezt un sakraut. Tā kā apkurinām daudzdzīvokļu mājas, mums ir malkas krautuve. Lai būtu garantēta ugunsdrošība un vizuālais skats, malkas krautuve atrodas pie vecās katlu mājas. Malku griež kurinātāji un sabiedrisko darbu veicēji. Viņu mums šogad mazāk. Tikai divi," stāsta pagasta pārvaldes vadītāja.

Ar jūliju skolēnu nodarbinātības vasaras programmā darbu pagastā sāka četri skolēni, katrs no viņiem strādās pa divām nedēļām dažādos darbos. Smagus darbus viņiem nedod, bet pieradina pie tā, ka uz darbu jānāk katru dienu un noteiktā laikā. Skolēni vāc nopļauto zāli, ravē vai laista puķu dobes, sanes šķūnīti pirmsskolas iestādes apkurei sagatavoto malku.

## Appļaujama liela platība

Pagastā pašvaldībai ir liela appļaujama teritorija. To appļauj kurinātājs, kurš pa vasaru paliek darbā. Kad netiek vairs kurināts, viņš pļauj no viena gala līdz otram un atkal no jauna. Šogad teritorija jau appļauta trīs reizes gan pie pagasta un tautas nama, gan pie skoliņas, kā pārvaldniece sauc bijušo skolas, tagad bērnudārza ēku, sporta laukumu ieskaitot, gan ap kapsētām. Kur nevar appļaut ar mazo traktoru vai trimeri, talkā tiek ņemts traktors ar plāvēju. "Centrā appļaujam neapsaimniekotās teritorijas, zemīti, ko neviens nav iznomājis. Pirms Jāņiem appļāvām ceļmalas, lai drošāka braukšana. Appļaujam arī kapus. Purviņu kapī neatrodas pagasta teritorijā, bet tur tiek apglabāti mirušie pagasta iedzīvotāji, tādēļ, ja kapu pārzine lūdz, mēs neatsakām appļaut arī šos kapus," saka pārvaldes vadītāja.

## Gada lielākā būve

No pašvaldības pārziņā esošajiem objektiem, ko pārbūvē un remontē, šogad Krišjāņos lielākais ir notekūdeņu attīrīšanas iekārtas. Tās jau sen neatbilda Sodienu Valsts vides dienesta prasībām, un bija jāpārbūvē. Iveta Socka-Puisāne atzīst, ka līdzekļus iekārta atjaunošanai un remontam prasījusi jau tad, kad uzsāka darbu pagasta pārvaldē, bet tos piešķīra tikai pērn, taisnība, vēl iepriekšējā novada pašvaldība, bet darbi ievilkās līdz šim gadam. Notekūdeņu attīrīšanas iekārta rekonstrukcijas, būvuzraudzības un elektrības ierīkošanas



Foto - no personīgā arhīva

**Dodas atvaļinājumā.** Pagasta bērnudārza audzētāji un darbinieki dodas atvaļinājumā. No 11 audzētājiem, divi rudeni sāks apmeklēt skolu, bet pārējie atgriezīsies bērnudārzā. Čaklākie bērnudārza apmeklētāji ir Raivo, Deniss, Rodrigo Dorians.



Foto - A. Krišānovs

**Ceļa remonts.** Krišjāņieši ar nepacietību gaida, kad *ceļinieki* pabeigs remontu un uz novada centru varēs aizbraukt pa ceļu bez putekļiem.

kopējās izmaksas ir 26 479,21 eiro no Balvu novada pašvaldības budžeta. Darbus veic firma no Saldus, kas uzvarēja iepirkumā. Pārvaldniece priecājas, ka pagasts ticis cauri *pa lēto*, jo būvniecības izmaksas krietni augušas. Notekūdeņu attīrīšanas iekārtas izmanto ap simt lietotāju. Privātmājām ir katrai sava kanalizācijas aka. Tiek plānots, ka nākotnē pagasta attīrīšanas iekārtās varētu iesūknēt arī privātmāju kanalizācijas aku saturu, taču tam atkal vajadzēs papildinājumu attīrīšanas iekārtās. "Iespējams, ka pagasta iedzīvotāji nemaz nezina, ka šeit atrodas tāds objekts, kas prasa uzturēšanu. Pēc pārbūves tam būs nepieciešama arī elektrība, jo līdz šim attīrīšanas iekārtas darbojās paštecē," paskaidroja Iveta.

Otrs lielākais pašvaldības objekts, kur šovasar notiek darbi, ir ūdens atdzelžošanas stacijas remonts. Atdzelžošanas stacija būvēta 2009. gadā un telpā pastāvīgi esošā mitruma dēļ bija neatliekami jāveic grīdas maiņa. Tagad to iebetonēs.

Kad Krišjāņus apmeklēja jaunā novada vadība, tika runāts arī par to, ka skolas ēkā nepieciešams nomainīt apkures katlu. Taču pagaidām tas netiek darīts, jo acimredzot trūkst līdzekļu. Pārvaldes vadītāja uzskata, ka būtu jāpērk mazāks katls un jāliek nevis pagrabstāvā, bet otrajā stāvā. Pagaidām, kamēr kalpo vecais katls, iztiks ar to. Tad redzēs!

## Kā Jāzeps Ludboržs savu cepuri apēdis

Gan pagasta pārvaldes vadītāja, gan pagasta iedzīvotāji ar lielu nepacietību gaida, kad *ceļinieki* pabeigs ceļa Bērzpils-Krišjāņi remontu, tas ir, grants seguma divkāršo virsmas apstrādi. Solīts, ka tas notiks jūlija beigās. Un tad iedzīvotāji no centra līdz Rēzeknes šosejai varēs aizbraukt pa melno segumu jeb tautā tā saukto "Latgales asfaltu". Cilvēki to gaidījuši jau daudzus gadus. Vasarās, kad darbojas karjers "Deviņziedu kalns", smagās automašīnas kursē viena pēc otras, pietiekami ir lauksaimnieku, kuriem jāizved saražotā produkcija, jāieved laukos nepieciešamās preces, apkārt ir daudz mežu, kurus intensīvi izgriež, un atkal kursē smagā tehnika. Izbrauktas bedres un putekļi, - tāda bijusi līdzšinējā ceļa bilance. Kā dzīvot šādā vietā, ja nav normāla ceļa? Kā attīstīt uzņēmējdarbību un tūrismu? Vietējā viesu nama "Noras" saimniece Anna Livzeniece teic, ka tūristi, kas pie viņas ierodas, vienmēr kā vienīgo mīnusu uzrādījuši sliktu ceļu līdz viesu mājai: "Bet ko es tur varēju darīt?" Par valsts budžeta līdzekļiem beidzot ceļš tiek remontēts. Uz tā uzvesta bieža grants kārtā, ceļam sakārtots ūdens atvades sistēmu, - iztīrīs caurtekas, nomainīs bojātās.

Iveta piebilst, ka viņa gribēs tagad redzēt, kā bijušais pagasta



Foto - no personīgā arhīva

**Grīdas remonts atdzelžošanas stacijā.** Saimniecības pārzinis Elvijs Pujāts atbrīvo telpu no bojātā grīdas seguma.



Foto - no personīgā arhīva

**Notekūdeņu attīrīšanas iekārtas.** Pēc remonta un nosēdaku uzstādīšanas varēs ērti nodot BIOR analīzes.



Foto - A. Krišānovs

**Skaists stūrītis.** Viesu namā "Noras" Krišjāņos ļoti rūpējas gan par viesu labsajūtu, gan vides estētisko noformējumu.

priekšnieks Jāzeps Ludboržs apēdis savu cepuri. Jo savulaik viņš solīja, ja piedzīvos to laiku, kad noasfaltēs šo ceļu, viņš ir gatavs apēst savu cepuri. Vārds jātur!

## Rokas klēpī salikuši, nesēž

Braucot garām skoliņai jeb bērnudārzam, pārvaldes vadītāja vērsa uzmanību uz atdzīvīnāto pludmales volejbola laukumu. Pateicoties sporta dzīves organizatoram Jānim Melnim (viņš šo pienākumu veic Tilžas, Vectilžas un Krišjāņu pagastos), organizēts pludmales volejbols trīs posmos. Pirmais posms Krišjāņos, nākamie - Vectilžā un Tilžā. Taču pagasta centrā izjūt, ka nav peldētavas. Privātajiem pie mājām ir dīķi, bet pašvaldībai nav. Pie Tilžas upes ir vecais dīķis, bet to nepieciešams sakopt un tam vajadzīgi līdzekļi. Bet vispirms - Valsts vides dienesta atļauja. Tas jāatliek uz nākamo gadu.

Jautāta, kā jūtas novadā gadu pēc apvienošanās ar citiem novadiem, Iveta teic: "Tagad mūsu ir vairāk. Patīk, ka informatīvās sanāksmes tagad tiek organizētas ZOOMā, ļaujot būt lietas kursā par aktuālo. Ērtāk ir apsēties pie datora, nekā braukāt uz novada centru, tērēt degvielu un laiku. Reizi mēnesī pagastu pārvaldnieki tiekas arī kādā no pagastiem, kur arī var pasmelties idejas."

Privāto biznesu novadu apvienošanās ietekmējusi ne tik jūtami, taču zināms piensums ar laiku jūtams būs arī te. Kas nāk par labu visiem kopīgi, tas arī var noderēt katram atsevišķi. Piemēram, ceļa remonts. Viesu namu "Noras" aizvadītajos gados vairāk ietekmējusi Covid krīze, bet saimnieki nav sēdējuši, rokas klēpī salikuši. Iegādāta māja, kur izveidota banketu zāle, kur var uzņemt 30-40 cilvēku, uzbūvētas jaunas atpūtas mājiņas, pārdošanai tiek būvētas pirtis, āra tualetes, dārza mājiņas. "Paldies manam vīram, kuram patiešām ir zelta rokas," saka Anna un piebilst, ka viņi ir deklarēti Krišjāņos un jūtas lepnī.

Lappusi sagatavoja I.Zinkovska

## Jauniešu domnīca

# Pilsoniskā līdzdalība – būtisks demokrātijas priekšnosacījums

Irēna Tušinska

30.jūnijā Līdzdalības nedēļā Latvijas Jaunatnes padome (LJP) Balvu novada jauniešus aicināja piedalīties domnīcā par pilsonisko līdzdalību, kuras laikā viņi ne tikai vairāk uzzināja par pilsonisko līdzdalību, tās veidiem un nozīmi, bet arī iedvesmojās no citiem aktīviem jauniešiem. Praktiski darbojoties, domnīcas dalībnieki centās izprast, kas nepieciešams, lai no sākotnējās idejas nonāktu līdz tās realizēšanai.

Karstā jūnijā pēcpusdienā Balvu novada Bērnu un jauniešu centrā ar vēlmi vairāk uzzināt par iespējām sniegt savu artavu vietējās kopienas dzīves uzlabošanā, pulcējās aktīvākie novada jaunās paaudzes pārstāvji. Latvijas Jaunatnes padomes projektu aktivitāšu koordinatore Anda Upeniece, kura vadīja domnīcu, pastāstīja, ka šīs aktivitātes mērķis ir informēt jauniešus, kas ir pilsoniskā līdzdalība, kādēļ ir vērts iesaistīties nevalstiskās organizācijās, kā arī iepazīstināt viņus ar LJP darbu un, praktiski darbojoties, rosināt padomāt, ko viņi vēlētos mainīt vai uzlabot vietējās kopienas dzīvē. "Līdz šim Latvijā jau esam organizējuši piecas šāda veida domnīcas. Mūsu mērķis ir uzzināt, vai jaunieši vispār saprot, kas ir pilsoniskā līdzdalība, kādi ir tās veidi. Vai viņi saprot, ka var ietekmēt lietas. Vai zina, kā to var paveikt un kur meklēt finansējumu savām idejām. Arī tas, ka viņi vienkārši satiekas, atnāk uz jauniešu centru, kopā padarbojas, arī tas ir viens no mūsu mērķiem." Taujāta, kam Latvijas Jaunatnes padome savā darbā šobrīd pievērš īpašu uzmanību, A.Upeniece atklāja, ka tā ir Jaunatnes likuma aktualizēšana: "Desmit gadus šajā likumā nekas netika mainīts. Šobrīd jaunais likums ir iesniegts izskatīšanai Saeimā. Gribam aktualizēt arī balsošanu no 16 gadu vecuma un par šo iniciatīvu notiek balsošana portālā "manabalss.lv". Tāpat kopā ar kolēģiem no Izglītības un zinātnes ministrijas dodamies uz dažādām Latvijas pašvaldībām, lai uzzinātu, kā pēc novadu reformas notiek darbs ar jaunatni."

## Demokrātija ir līdzdalība

Savstarpēji iepazīlušies un vairāk uzzinājuši viens par otra interesēm, kā arī īpašā spēlē atbildējuši uz tādiem jautājumiem kā: "Kāpēc rodas konflikti?", "Kāpēc ir svarīgi apspriest lēmumus?", "Kāpēc par lēmumiem balso?", "Ja es būtu skolas direktors...?" un citiem, jaunieši noklausījās prezentāciju par Latvijas Jaunatnes padomes darbu. Viņi uzzināja, ka Latvijas Jaunatnes padome ir jaunatnes organizāciju, kā arī organizāciju, kas strādā ar jauniešiem vecumā līdz 30 gadiem, apvienība. LJP galvenā darbības joma ir jauniešu interešu aizstāvība nacionālā un starptautiskā līmenī. Šīs organizācijas uzdevumi ir pārstāvēt dalīborganizāciju intereses, nodrošinot interešu aizstāvību, attīstīt darbu ar jaunatni, informēt sabiedrību par jaunatnes politiku un veicināt sabiedrības izpratni par lēmumu pieņemšanas procesiem, kā arī veicināt jauniešu pilsonisko līdzdalību, stiprinot demokrātisko vidi Latvijā.

Domnīcas laikā, atbildot uz A.Upenieces jautājumu, kas ir pilsoniskā līdzdalība, vietējie jaunieši minēja tādas piemērus, kā piedalīšanās Lielajā talkā, piedalīšanās vēlēšanās un citus. A.Upeniece pastāstīja, ka pilsoniskā līdzdalība ir arī darbošanās nevalstiskās organizācijās un interešu grupās, sabiedriski nozīmīgu aktivitāšu veikšana, sniedzot labumu citiem un sabiedrībai kopumā, iesaistīšanās publiskās diskusijās, apspriedēs, aptaujās, atbalsta darbību veikšana, piemēram, pasākumu organizēšana, parakstu vākšana, brīvprātīgais darbs, dalība kampaņās utt. Viņa uzsvēra, ka pilsoniskā līdzdalība nav saistīta tikai ar politiku, tā ir praktiska līdzdarbošanās. Pat ja jaunietis pēc savas iniciatīvas nolemj nokrāsot soliņu sabiedriskā vietā, tā ir pilsoniskā līdzdalība. Savukārt vietējie jaunieši dalījās savā pilsoniskās līdzdalības pieredzē. Izrādījās, ka brīvprātīgais darbs novada jauniešiem nav svešs. Viļakas Jauniešu mājas vadītāja Žaklīna Orlovska pastāstīja par brīvprātīgo darbu, ko veikusi, mācoties skolā. Viļakas jauniešu darbošanās šajā jomā uzslavēja arī Balvu pilsētas pārvaldniece Maruta Castrova, kura piedalījās domnīcā. Savukārt BBJC vadītāja Agnese Puļča uzsvēra, ka jauniešu nevalstiskās organizācijas ir lielisks veids, kā īstenot visdažādākās pilsoniskās līdzdalības idejas, piesaistot projektu



Foto - I.Tušinska

**Domnīcas dalībnieki.** Laikā, kad citi vienaudži karsto laiku pavadīja pludmalēs, aktīvākie novada jaunieši pulcējās, lai izzinātu iespējas sniegt savu pilsonisko artavu dzimtā novada izaugsmei.

finansējumu. A.Upeniece atgādināja, ka jebkādu darbību, kas sniedz labumu visai sabiedrībai, var uzskatīt par pilsonisko līdzdalību. Viens no veidiem ir darbošanās novada jauniešu konsultatīvajā padomē. Lai gan pagaidām jaunajā Balvu novadā tāda nav izveidota, A.Puļča solīja, ka tās dibināšana ir viens no svarīgākajiem nākamā mācību gada uzdevumiem. Lieliska iespēja būt sabiedriski aktīviem un panākt savu ideju realizāciju ir arī darbošanās skolēnu pašpārvaldē. Tāpat A.Upeniece atklāja, kāpēc ir tik svarīgi būt pilsoniski aktīviem, izdarot galveno secinājumu – aktīva pilsoniskā līdzdalība ir būtisks demokrātijas priekšnosacījums. "Tu veido pasauli sev apkārt. Tava līdzdalība var palīdzēt sasniegt tavus un tavas kopienas mērķus," atgādināja LJP pārstāve.

## No idejas līdz rezultātam

Praktiskajā nodarbībā pēc principa "Četri R", jeb - rūpe, risinājumi, resursi un rezultāts - novada jaunieši, sadalījušies divās grupās, centās izprast savu rūpi, jeb kādu vietēja mēroga problēmu, par ko viņi vēlētos padomāt. Pēc tam viņi mēģināja rast tai risinājumu, apzinot resursus, kas tam būtu nepieciešami, un visbeidzot saprasta, kāds ir sagaidāmais rezultāts. Kopā apsprieduši visus šos aspektus, jaunieši nonāca pie konkrētiem secinājumiem, ko prezentēja pārējiem.

Viena no darba grupām attīstīja domu par pilsētā cilvēkiem un dzīvniekiem brīvi pieejamām dzeramā ūdens strūklakām. Šādu ideju ierosināja darba grupas dalībniece Ž.Orlovska, kura līdzīgas strūklakas ievēroja, divus gadus dzīvojot Šveicē. Kā nepieciešamos resursus, šīs idejas realizēšanai, jaunieši minēja gan pašvaldības, gan projektu līdzekļu piesaistīšanu. Viņi izstrādāja detalizētu plānu abiem finansēšanas variantiem. Vienā no tiem jaunieši plānoja noorganizēt aptauju un kopsapulci, lai saprastu, cik šāda ideja ir aktuāla un atbalstāma, tad sekotu idejas izstrādāšana un pilnveidošana, pēc tam - iesniegums novada pašvaldībā, finansējuma piešķiršana un idejas realizēšana. Otrajā variantā, līdzekļus iegūstot ar projekta palīdzību, jaunieši arī sāktu ar aptauju un kopsapulci, tad piesaistītu jaunatnes darbinieku, izstrādātu projektu, sagaidītu rezultātus, saņemtu finansējumu, realizētu projektu un iesniegtu atskaiti. Prezentējot darbu, jaunieši izanalizēja arī abu variantu stiprās un vājās puses, kā arī iztīrīja katru soli, kas būtu veicams, un nepieciešamos resursus šīs idejas realizēšanai, kā arī to, kāda izskatītos šis ūdens strūklaka un kurā vietā tā atrastos. Šo ideju paslavēja arī pilsētas pārvaldniece Maruta Castrova neslēpjot, ka šāda doma tiek apspriesta arī pašvaldībā.

Savukārt otrā grupa prezentēja vairākas idejas, kurās izskanēja domas, kā padarīt pilsētu pievilcīgu tūristiem, atdzīvināt pilsētas sabiedrisko dzīvi vasaras sezonā. Tas varētu būt kāds liels festivāls, kas vasarā piesaistītu tūristus, kā arī radītu jaunas iespējas vietējiem uzņēmējiem un darbavietas jauniešiem. Darba grupas dalībnieki sprieda, ka tūrisma attīstībai ir svarīgi attīstīt pilsētas infrastruktūru. Arī pilsētas pārvaldniece M.Castrova piekrita, ka pilsētas infrastruktūras sakārtošana ir būtiska un informēja, kas šajā jomā jau tiek darīts un kas ielānāts tuvākajā laikā.



Foto - I.Tušinska

**Strādā ar atdevi.** Vislabākās idejas rodas, darbojoties kopā. To pierādīja arī darba grupa, kura detalizēti izstrādāja divus variantus, kā īstenot savu ieceru par brīvi pieejamu dzeramā ūdens strūklaku.

Noslēgumā A.Upeniece pastāstīja par iespējām saņemt atbalstu ideju realizēšanai, kā arī atklāja, kur iegūt vairāk informācijas par atbalstu jaunatnes iniciatīvām, kā arī uzklauzīja domnīcas dalībnieku secinājumus par dzirdēto. Savukārt M.Castrova, minot piemēru, kā pirms vairākiem gadiem jauniešu grupa panāca skeitparka izveidi Balvos, iedrošināja domnīcas dalībniekus nebaidīties un vērsties pie deputātiem ar savām idejām: "Nebaidieties! Kaut trijātā, kaut piecatā, bet ejiet un klauvējiet pie deputātu durvīm, jo tā ir viena no iespējām, kā panākt rezultātu!"

## Vai Latvijas jauniešu līdzdalība lēmumu pieņemšanas procesos ir pietiekami liela? (LJP aptauju rezultāti)

- Tikai 12% jauniešu vecumā no 16-25 uzskata, ka spēj ietekmēt pašvaldību lēmumu. 92% no aptaujātajiem jauniešiem norādījuši, ka nekad nav piedalījušies pašvaldības domes sēdēs.
- Latvijā jauniešu iesaiste pilsoniskajās aktivitātēs ir ļoti zema. Vēl vienā pētījumā 66% respondentu norādījuši, ka nekad nav piedalījušies sabiedriskajās apspriedēs, savukārt 53% aptaujāto norādīja, ka nekad nav piedalījušies brīvprātīgā darba veikšanā
- Viena no barjerām, kas kavē jauniešu līdzdalību, ir zems sociālais kapitāls jeb savstarpējā uzticēšanās. Neuzticēšanās citiem cilvēkiem, kā arī institūcijām ir viena no būtiskām barjerām sadarbībai, kopīgu mērķu definēšanā un to īstenošanā.
- Viens no instrumentiem, kā palielināt jauniešu līdzdalību, ir vēlēšanu vecuma samazināšana. Jauniešu agrīna integrācija politiskajos procesos rada paaugstinātu politisko interesi un zināšanas. Ilgtermiņā tas var pozitīvi ietekmēt vispārējo vēlēšanu aktivitāti, kā arī jauniešu interešu pārstāvību.



Zini un izmanto!

# Balvos sāk pieņemt sašķirotu tekstilu

Maruta Sprudzāne

Latvijā gada laikā izmet vairāk nekā 26 tūkstošus tonnu tekstila. Lai mazinātu atkritumu apjomu poligonos, kopš 1.jūlija Balvos uzsākta dalīti vāktu tekstila atkritumu pieņemšanu Eko laukumā, Ezera ielā 3. Kas par to jāzina iedzīvotājiem?

## Kādu tekstilu drīkst ievietot konteinerā

Tekstila izstrādājumu šķirošanas konteineros DRĪKST ievietot nevajadzīgos apģērbus, apavus un mājas tekstilu (piemēram, aizkarus, gultasveļu u.tml.). Tie var būt gan vēl valkājami, gan arī no modes izgājuši, gan tādi, ko pats vairs nevalkā, kāda neliela defekta - maza traipa vai neliela caurumiņa - dēļ. Tomēr tekstilam vēl joprojām ir jābūt tādām, kam ir iespēja nonākt pārstrādē vai atkārtotā lietošanā, piešķirot tam "otro dzīvi".

Nododamie tekstilizstrādājumi var būt ražoti, kā no dabīgām izejvielām (vilna, kokvilna, zīds, lins u.c.), tā arī no sintētiskām izejvielām (poliestera, poliamīda, akrila, elastāna u.c.). Lielākoties pārstrādi iespējams nodrošināt dabīgo materiālu audumiem, no kā iespējams ražot, piemēram, industriālās lupatiņas u.c. produktus. Savukārt sintētiskām auduma šķiedrām pārstrāde ir ierobežota, tādēļ tās var tikt izmantotas arī kā izejvielas mīksto mēbeļu, matraču, autosēdekļu spilvenu u.c. produktu pildīšanai. Tādēļ svarīgi, lai tekstils būtu relatīvi tīrs un noteikti sauss.

Kopš 1.aprīļa tekstila atkritumu šķirošana ieviesta Gulbenē. Uzņēmuma Malienas reģiona vadītāja Ineta Ivašenko vērtē, ka iedzīvotāji izmanto šo atkritumu konteineru. Tā kā tas ir jauninājums, konteiners atrodas Eko laukumā, lai varētu satikties ar darbinieku, kurš novērtēs un palīdzēs saprast, vai tekstils ir pareizi sašķirots un atbilst nosacījumiem. Tekstila atkritumus laukumā jānodod, sapakotus maisos, un maisus darbinieks atvērs un apskatīs,

pārlicinoties, vai iedzīvotāji rīkojas pareizi.

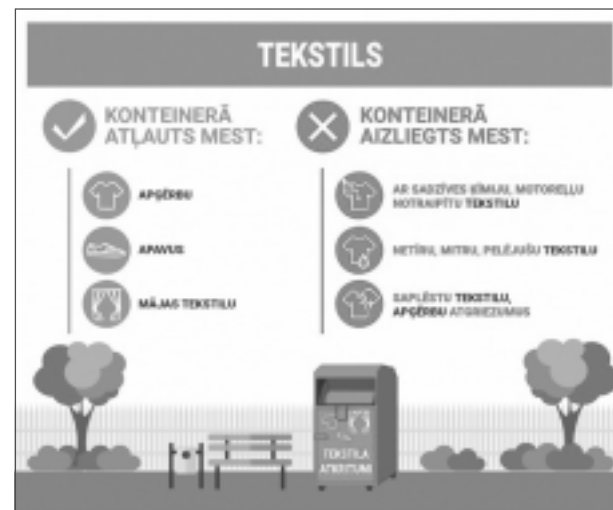
## Kādu tekstilu nepieņems

Maisos nedrīkst likt audumu atgriezumus, netirus, slapjus, pelējušus, sadriskātus, ar ķīmijām, motoreļļām un citām vielām piesūkušos tekstila izstrādājumus (piemēram, tīrīšanai autoservisu darbos, būvniecībā izmantotus). Tādām tekstilam iespējas iekļūt atpakaļ aprites ekonomikas sastāvā ir beigušās, jo auduma šķiedras ir bojātas un to nav iespējams realizēt. Nederīgus (netirus, sapelējušus, sadriskātus) tekstila izstrādājumus jāizmet sadzīves atkritumiem paredzētos konteineros. Tāpat tekstila šķirošanas konteineros aizliegts ievietot citus atkritumus, lai nesabojātu pārstrādei vai atkārtotai izmantošanai derīgos apģērbus.

Savāktais tekstils tiks nogādāts šķirošanas centrā Tukumā, kur to sašķiros vismaz 30 frakcijās. Kvalitatīvo apģērbu, apavus un mājas tekstilu novirzīs atkārtotai lietošanai pasaules attīstības valstīs vai labdarības biedrībā tepat Latvijā, kur labākais apģērbs pēc pieprasījuma tiek nodots tālāk. Pārējiem tekstilizstrādājumiem meklēs pārstrādes iespējas.

## Konteineri ir jāizstumj līdz lielajam ceļam

**Redakcija uzklaušija Verpuļevas dārza iedzīvotājus teikto. Proti, atkritumu savācējs tagad pieprasa Balvu novada Verpuļevas dārziņu apsaimniekotājiem izstumt savus atkritumu konteinerus līdz ceļam Balvi - Mūrava. Vienam otram tas ir patāls ceļa gabals, un pilna konteineru izstumšana sagādā grūtības, sevišķi gadus vecākiem cilvēkiem un invalīdiem. Kāds varētu būt risinājums?**



SIA "Pilsētvides serviss" Malienas reģiona vadītāja Ineta Ivašenko skaidro, ka patiesībā šī prasība nav nekāds jauninājums. Līgumā lasāms punkts nr.3.8, ka atkritumu konteineram jābūt izstumtam ārā no privātajām teritorijām līdz lielajam ceļam, kas nozīmē - līdz tuvējām pašvaldības vai valsts ceļam. Līdz šim šo punktu strikti neievēroja, bet, ņemot vērā situācijas, ka dažkārt transports nevar iebraukt dubļainu vai ziemā neiztīrītu ceļu dēļ, un ir saņemti aizrādījumi, ka atkritumu savācējmašīnas neiebrauc pie klienta, uzņēmums aicina iedzīvotājus būt saprotošiem un ir izsūtījis e-pastus ar aicinājumu izstumt konteinerus. I. Ivašenko piekrīt, ka varētu būt situācijas, kad konkrētiem Verpuļevas cilvēkiem ir grūtības izstumt savus konteinerus. Viņas priekšlikums: "Gribētu no šiem cilvēkiem saņemt konkrētu informāciju. Tāpēc, lūdzu, zvaniet uz mūsu Klientu centriem Balvos vai Gulbenē, un domāsim, kā varam palīdzēt un meklēsim risinājumu."

## Skanīgi mirkli Balvu pagastā

# Naudaskalnā sadziedas vokālie ansambļi

Zinaida Logina

1.jūlijā Balvu pagasta Naudaskalna klubā aizvadīta vokālo ansambļu tikšanās pasākumā "Dziesma vasarai 2022".

Uz sadziedāšanos Naudaskalnā ieradās Tilžas sieviešu vokālais ansamblis "Rasa", Rugāju dāmu vokālais ansamblis, senioru vokālais ansamblis "Vakarblāzma" no Kubulu pagasta, vokālais ansamblis "Razdolje", Viļakas sieviešu vokālais ansamblis "Cansone", Baltinavas sieviešu vokālais ansamblis "Naktvijoles". Atbrauca arī ciemiņi - četri kolektīvi atbrauca no Trapenes, Salnavas sieviešu vokālais ansamblis "Kamenes", kā arī individuālie izpildītāji Auce Java, Josifs Petjukevics un Rihards Baranovs. Skatītāju aplausus izpelnījās arī pašmāju jauktais vokālais ansamblis "Malduguns". "Ir vasara, kad tā vien gribas iebrist rasotā, ziedu piebirsuā pļavā, iet un iet, noreibt no ziedu smaržas, krāsām, melodijām, no tā skaistuma, burvības, ko sniedz katrs zāles stiebriņš, katrs ziediņš. Skat, madaras! Liels ziedu klājiens, un visas zied, pašas atrod vietu, kur augt. Staro baltas un tīras kā sniegs un skat, - viņu actiņās staro prieks un vēl tās dziesmas dzied," romantisku noskaņu un dažādiem ziedu stāstiem zālē radīja pagasta kultūras dzīves vadītāja Aina Biseniece.

Salnavas sieviešu vokālā ansambļa "Kamenes" vadītāja Marita Rudoviča atzina, ka šādi pasākumi ir ļoti vajadzīgi. "Ja ir kur aizbraukt, tas motivē strādāt un gatavoties arī dziedātājiem. Tāpēc

priecājamies, ka mūs uzaicināja uz Naudaskalnu, kur varējām paklausīties, ko ir sagatavojuši citi kolektīvi. Mēs izpildījām tautasdziesmas - gan latviešu, gan latgaliešu valodā. Patika Trapenes vīru vokālais ansamblis "Runči", Viļakas dziedātājas, arī individuālie dziedātāji. Mēs šobrīd uzstājamies aktīvi," pastāstīja Marita. Trapenē Ina Java vada septiņus kolektīvus, bet uz Naudaskalnu atveda četrus - senioru vokālo ansambli "Atmoda", vīru vokālo ansambli "Runči", sieviešu vokālo ansambli "Noktirne" un jaukto vokālo ansambli "Sonets". Viņa līdzī bija paņēmusi arī meitu Auci, kura uzstājās individuāli. "Pēc kovidlaika bija ļoti grūti iekustināt cilvēkus, taču, kad izdevās, visi priecājās par katru iespēju kaut kur aizbraukt un uzstāties. Manējie smējās, - ja nedosi busiņu, brauksim ar savām mašīnām. Visi priecājās par katru kopā būšanu. Žēl, ka ir puišu deficīts un nav vīru vokālo ansambļu. Noklausījos visus kolektīvus, man patika, ka daudzām dziesmām bija gaumīgas fonogrammas. Cilvēki dziedāja no sirds un dvēseles, bez kaut kāda uztraukuma un nevajadzīga lampu drudža, nedomājot par pareizi vai nepareizi noti. Dziedāja ar prieku, un tas ir vissvarīgākais!" uzskata Ina Java.

**Rugāju dāmu vokālais ansamblis.** Sanitas Anckinas vadītais kolektīvs klausītājus iepriecināja ar dziesmām "Rīta klusums" un "Gaisu šķīru dziedādama".



Viļakas sieviešu vokālais ansamblis "Cansone". Kolektīvs Ilonas Bukšas vadībā izpildīja tautas dziesmu "Blīņu valodiņa", "Laiks ir laime" un dziesmu "Olūteņam". "Mēs esam dziedājušas Balvu Kultūras un atpūtas centrā, Žīguros ieskandinājām vasaru un arī uz Naudaskalnu braucām ar prieku. Ar interesi klausījāmies ciemiņus no Salnavas un Trapenes, - interesants dziesmu pasniegšanas veids un repertuārs," atzina Ilona Bukša.



Foto - Z.Logina

Foto - Z.Logina

## Iznākusi jauna dzejas grāmata

## Dvēseli atklāj grāmatā "Zvaigznes diena"

Ārsta Andra Tjuniša jaunā grāmata "Zvaigznes diena" iznākusi jau 2020. gadā, bet tikai šogad pirms Saulgriežiem Balvu Sakrālās kultūras centrā pulcējās radi, draugi un citi interesenti, lai kopā pārlapotu grāmatas lappuses un ielūkotos autora dzīves mirkļu mozaikā.

Grāmatas ievadā Andris Tjunītis ierakstījis japāņu sakāmvārdu: "Ja tevi septiņas reizes gāž zemē, tad celies astoņas reizes augšā!" Saviem lasītājiem viņš novēl:

*"-lai tev, kurš taisās pāršķirt nākamo lappusi, būtu Dievs.*

*-lai tev dzīve nogāž zemē simts reižu un tev pietiek vēlmes un spēka tūkstošreiz celties.*

*-lai tev būtu kalns, kurā uzkāpt, ūdens straume, kuru uzveikt, tuksnesis, kuru šķērsot.*

*-lai tev būtu vismaz viens draugs ar lielo burtu.*

*-lai Dievs dod atminēties visus, kuri jau ir prom.*

*Reizēm viņiem tas ir ļoti svarīgi.*

*-lai tev būtu zvaigzne drošam ceļam."*

Balvu Romas katoļu draudzes prāvests Mārtiņš Klušs, uzrunājot klātesošos, teica, ka viņš bijis viens no pirmajiem, kurš turēja rokās tikko izdoto grāmatu: "Iepazīstoties ar dzejoļiem, es pārdomāju, kāds ir cilvēka dzīves ceļš. Mani uzrunāja dzejolis "Pāri pār ceļu baznīcas tornī, Nozvanīt zvani pūlas bez ceturkšņa ritu...". Zvaigznes - tie esam visi mēs. Mēs esam aicināti šeit, uz Zemes, spoži spīdēt, mīlēt, sildīt... Gribu katram novēlēt apstāties un pārdomāt, ielūkoties sevī, lai ar Dieva palīdzību un svētību būtu citiem kā zvaigznes - labā nesējiem."

Pasākumu emocionāli vadīja Vita un Modris Romanovski. "Andris visu savu dzīvi ir tiecies pēc ideālā, skaistā, pilnīgā, nedomājot par sekām, nerēķinoties, cik tas prasīs no viņa, dedzinājis sevi iekšēji un ārēji. Neprātis, ideālists, sava ceļa gājējs ar trauslu, naivu, bagātu dvēseli. Par savu jaunāko grāmatu "Zvaigznes diena" Andris kādā sarunā teica tā: "Tās ir pārāk personiskas sajūtas... pārāk intīmas...", tāpēc lai runā viņa dzejoļi. Runā par Andrim svarīgiem cilvēkiem, kuri viņu ir tādu radījuši, kuri viņu ir pacietuši un mācījuši, kuri deva garīgo atspaidu jebkurā šaubu brīdī, kuri turpina atbalstīt un pilnveidot, kuri bija un ir viņa dzīvē, kuri palīdzēja materiāli šī darba tapšanā, kuri izcēluši no grāvja tiešā un pārnestā nozīmē, kuri nodrošina veselīgu konkurenci dzejā, kuri nav novērsušies no viņa, lai vai kādas blēņas un putru būtu pievāriņjis," pastāstīja Vita, aicinot nākt un dzejoļus no jaunās grāmatas nolasīt dēliem Kristoferam, Emīlam, Kārlim, kā arī citiem mīļiem un tuviem cilvēkiem.



**Saka pateicības vārdus.** Andris Tjunītis (no kreisās) pateicās ikvienam klātesošajam, bet sakrālās kultūras centra vadītāja Aija Putniņa ar vīru Vilni sveica autoru un vēlēja, lai grāmata atrod savus lasītājus.

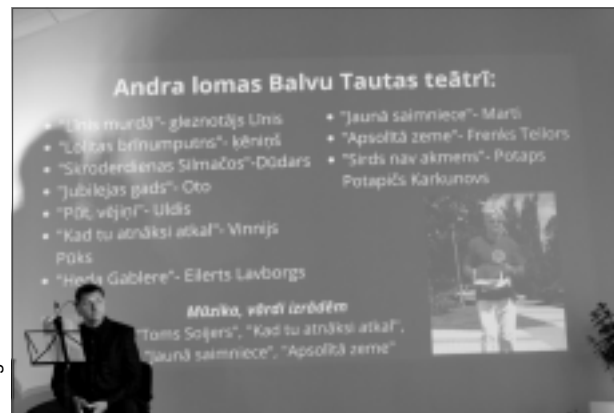


**Dēli iepriecina ar Toma Soijera dziesmu.** Kristofers (no kreisās), Kārlis un Emīls tēvam vēltija gan dzejoļus, gan kopīgu dziesmu.

Noslēgumā Andris Tjunītis pauda prieku, ka uz grāmatas atvēršanas svētkiem ieradies tik daudz cilvēku: "Jūs zināt, kas ir parāds? Liekot roku uz sirds, es varu teikt, ka ne fiziskā, ne materiālā ziņā neesmu bijis nevienam parādā, ko gan es nevaru teikt par visu pārējo... jo ir tāds cilvēciskais parāds, kurš neaprobežojas ar sevis mierināšanu, -sak' - nu sanāca tā... Visnopietnākais no Zemes parādiem ir tas, kā mēs viens otru satiekam, kā viens otru mīlam, darām sāpīgi, piedodam vai nepiedodam... šos parādus nevar ne atmaksāt, ne



**Dod vārdu draugiem.** Vakara vadītāji Vita un Modris Romanovski aicināja radus un draugus nolasīt kādu dzejoli no jaunās Andra grāmatas, un to izdarīja arī rugājietis Raimonds Circenis.



**Liela Andra sirds daļa pieder teātrim.** Balvu Tautas teātri nospēlētās vairāk nekā desmit lomas, vairākām izrādēm sarakstītas dziesmas, mūzika. Iegūta skatītāju un kritiķu atzinība. Andris gan saka: "Es esmu slikts aktieris. Es neprotu tēlot. Es visu daru pa istam. Arī uz skatuves..."

atstrādāt, ne atdot... cilvēks parasti to paņem sev līdzīgu mūžībā..."

Grāmatas māksliniece ir Astra Tjunīte, par kuru Andris saka, ka "ikviens burts, katra pieturzīme ir veltījums un pateicība manai sievai Astrai".

Jaunā Andra Tjuniša grāmata "Zvaigznes diena" var nopirkt studijas "Azote" amatnieku veikaliņā, tā pieejama arī lasītājiem Balvu Centrālajā bibliotēkā.

\* \* \*

Manās debesīs zvaigzne tik tāla,  
Tik zila,  
Tik spoža.

Bet debess jums apkārt tai.  
Bezgalīgs, melns.  
Visums.  
Kā izmisums.

Pašu karstāko  
nez kāpēc vēlos,  
Zinot, ka garantēts būs tā kā  
galvojums,

Visa ķermeņa, dvēseles, prāta  
Simtprocentīgs  
Nāvējošs apdegums.

\* \* \*

Dzīve tik pilna.  
Dzīvojot sajūtās, domās un  
vārdos,  
Cerot, ka nepāries,  
Nepārdos sīknaudā tās  
Plosos un ārdos,  
Izgriežot sevi ar iekšām uz āru,  
Cerot, ka nepāries, lūdzos:  
Ak, Kungs, ko es daru!

Dzīve tik pilna,  
Tik pārpilna jūtās un vārdos.  
Katra kā nedzimis bērns,  
Rokām glāsta un kājiņām  
spārdās,

Ļaujot  
Divreizes ātrākus sirdspukstus  
saklausīt.

Tik maz es varu!  
Rakstīt un lūgties:  
Ak, Dievs, ko es daru!

\* \* \*

Te mājas,  
Te gabaliņš Latvijas zemes.  
Pie tās es kā pieaudzis tuvs  
Un laimīgs, ka tai esmu es.

Te mājas,  
Te sapņus es krāju,  
Te varu visu un spēju  
Un gribu šai zemei būt es.

Te mīļie.  
Saulīte rītos tik tuva  
Un ceļš baltiņiem putekļiem klāts.  
Te draugi un zāle tik zaļa,  
Ka tā vien priecāties sauc.

Te mājas,  
Te silti, kad puteņi putināt sāk,  
Es laimīgs, ka esmu tam visam,  
Paldies, ka te piedzimu, māt!

\* \* \*

Man reizēm pietrūkst mākoņu un  
koka sakņu,  
Ik dienas Dzimtenes un sapņu.  
Man reizēm pietrūkst krievu  
valodas

Un nazim tecilas.  
Un Tēva balsī valodas.  
Man reizēm pietrūkst visa tā,  
No tiesas!  
Jo esmu latvietis.  
Un šajā zemē mākoņos un koku  
saknēs turos,  
Kā kāpu priede  
Nenolaužama.  
Ar galvu mākoņos  
Un saknēm smiltīs.  
Dieva miesā.

\* \* \*

Ja pašiem mums tam nepietiksies  
laika,

Gan bērni izdarīt to spēš.  
Un krāsās rudeni un sirmu  
pavasari  
Ar vieglu roku, tūru sirdi izzīmēs.

Ja tiešām pašiem mums tam  
pietrūks laika,  
Varbūt to bērni labot,  
Varbūt Dievs to spēš.  
Un īstu, garu vasaru un ziemu arī  
Ar punktu vienu patiesu un sāļu  
Uz baltas lapas uzzīmēs.

\* \* \*

Mēs visi aiziesim.  
Tik jautājums - pēc kā.  
Un kāpēc notiks tā.  
Ar izžuvušām dvēselēm,  
Pa nelīdzieniem ceļiem.  
Līdz ceļiem putekļos un dubļos  
Aizbrīdisim.  
Bet mēles galā dziesma mūs,  
Kā tunelis ar Dievu galā,  
Tur sagaidīs.  
Un gaisma būs!

(Dzejoļi no Andra Tjuniša grāmatas "Zvaigznes diena")

\* \* \*

Uz gara ceļa sniegā es  
uzrakstīšu: "Priekā!"

Ar baltu kritu tišām,  
Bet tu jau sapratīsi,  
Ka ceļš šis ved uz mājām,  
Ar sirdi un ar kājām  
Un stūri rokās drošās, un jūtās  
paliekošās.

Ar asarām pa reizei es  
ieraudāšos: "Priekā!"  
Kad vientulība pārtrūks,  
Bet ja vēl būs, tad  
Lieka.

Un mīlestība priekā caur logu  
acīs smaidīs,  
Bet bērni bilžu rāmīšos un  
sapņos redzēt gaidīs.

Tad draugi uzsauks: "Priekā!"  
Nav dzīvē nekā lieka - ir  
bēdas, prieks uz pusēm.

Hei! Priekā! Sākam tusēt!"  
Bet pagaidām uz ceļa es sniegā  
uzrakstīšu.

Ar baltu kritu.  
Tišām.  
Un, ceru, sagaidīšu.



No bataljona uz brigādi

# Latvijā NATO karavīru kļūs vairāk

Pagājušajā nedēļā notikušais NATO samits Madridē, kā jau bija gaidāms, nesa arī būtiskus lēmumus Latvijai.

## “Krievija – nozīmīgākais un tiešākais drauds”

Samita dalībnieki to nodēvējuši arī par vēsturisku. Pirmkārt, NATO dalībvalstu līderi pieņēmuši lēmumu oficiāli uzaicināt Zviedriju un Somiju kļūt par Ziemeļatlantijas alianses dalībvalstīm, šo valstu uzņemšanai organizācijā solot notikt maksimāli paātrinātā kārtībā. Otrkārt, iepriekšējā NATO stratēģiskā koncepcija tika pieņemta pirms 12 gadiem un tolaik Krievija tika raksturota kā partneris, bet Ķīna pat netika pieminēta. Tagad mūsu lielā austrumu kaimiņvalsts jaunajā NATO doktrīnā atzīta par NATO nozīmīgāko un tiešāko draudu. NATO Krieviju arī vairs neuzskata par stratēģisku partneri, vienlaikus uzsverot, ka alianse nemeklē konfrontāciju un nerada draudus Krievijai. Tikmēr Ķīna, doktrīnā pirmo reizi izklāstot NATO skatījumu uz šo valsti, raksturota kā plašu politisko, ekonomisko un militāro aktivitāšu izmantotāja, lai demonstrētu savu spēku. ASV arī atkārtoti apliecināja, ka NATO līguma 5.panta pildīšana ir svēts pienākums, jo uzbrukums vienai dalībvalstij uzskatāms par uzbrukumu visām alianses dalībvalstīm. Protams, samitā tika apspriests un pieņemta virkne arī citu lēmumu.

Kas attiecas uz Latviju un Baltijas reģionu kopumā, NATO dalībvalstu līderi apstiprināja jauno aizsardzības stratēģiju, kas paredz ievērojami stiprināt alianses atturēšanas un aizsardzības spējas, īpaši alianses austrumu flangā – Baltijas reģionā. Sakarā ar to pagājušajā trešdienā aizsardzības ministrs Artis Pabriks un Kanādas aizsardzības ministre Anita Ananda, atbilstoši NATO samitā Madridē pieņemtajiem lēmumiem, parakstīja deklarāciju par NATO paplašinātās klātbūtnes Latvijā kaujas grupas stiprināšanu un turpmāko attīstību, palielinot to no pašreizējā bataljona līdz brigādes līmenim. Šobrīd NATO paplašinātās klātbūtnes kaujas grupa Latvijā apvieno aptuveni 1700 karavīrus no desmit valstīm – Albānijas, Čehijas, Spānijas, Itālijas, Islandes, Melnkalnes, Polijas, Slovākijas, Slovēnijas un Kanādas, kas ir vadošā valsts Latvijā izvietotajam NATO bataljonam. Savukārt, kā izskanējis medijos, esošo kaujas grupu palielinot līdz brigādes izmēram, kas ir daudz lielāka militārā vienība, tas nozīmē jau 2500 līdz

**NATO kaujas grupai veļtīts pasākums.** 13.jūnijā aizsardzības ministrs Artis Pabriks, Nacionālo bruņoto spēku komandieris ģenerālleitnants Leonīds Kalniņš un Kanādas bruņoto spēku pārstāvniecības Latvijā komandieris pulkvedis Žans Fransuā Kodēns pie Brīvības pieminekļa Rīgā svinīgi atklāja fotoizstādi “NATO paplašinātās klātbūtnes kaujas grupa Latvijā – 5 gadi”, kurā piedalījās arī Latvijas sabiedroto karavīri (attēlā). Izstāde pie Brīvības pieminekļa būs skatāma līdz šai ceturtdienai.



Foto - Gatis Dieziņš, Aizsardzības ministrija

5000 lielu karavīru skaitu un attiecīgu bruņojumu.

## Aizstāvēt katru Latvijas centimetru

Aizsardzības ministrija informē, ka, saskaņā ar deklarāciju, Kanāda apņemas turpināt vadīt NATO paplašinātās klātbūtnes Latvijā kaujas grupu, kā arī sadarboties ar NATO dalībvalstīm nepieciešamās infrastruktūras līdzfinansēšanā. Pēc samita Latvija kopā ar sabiedrotajiem uzsāks plānošanas procesu, lai mūsu valstī pēc iespējas ātrāk izveidotu pilnvērtīgu daudz nacionālo brigādi. “Sabiedroto valstu kaujas grupa Latvijā pāraugs no bataljona uz brigādes līmeņa vienību, nepārprotami demonstrējot NATO apņemšanos aizstāvēt ikkatru Latvijas centimetru. Taču šī vienošanās nav vienpusēja, tādēļ arī mums pašiem būs jāveic būtiski ieguldījumi militārās infrastruktūras attīstībā un Latvijas armijas personālsastāva palielināšanā,” norāda aizsardzības ministrs A.Pabriks.

Aizsardzības ministrs jau iepriekš informēja, ka NATO brigādes izvietojamam Latvijā būtu nepieciešams jauns poligons, noliktavas un kazarmas. Tāpat jāpiebilst, ka 15.jūnijā Ādažu bāzē notika svinīga ceremonija, atzīmējot 5.gadadienu, kopš Latvijā izvietota NATO paplašinātās klātbūtnes kaujas grupa. Ņemot vērā izmaiņas starptautiskās drošības vidē, vienošanās par sabiedroto spēku klātbūtni Baltijas valstīs un Polijā (NATO paplašinātās klātbūtnes ietvaros) tika apstiprināta NATO samitā Varšavā 2016.gada jūlijā. Tādējādi tika demonstrēta alianses vienotība un apņemšanās aizsargāt NATO dalībvalstis pret iespējamu agresoru. Savukārt jau 2017.gada 19.jūnijā Ādažu militārajā bāzē notika svinīgā NATO paplašinātās klātbūtnes kaujas grupas sagaidīšanas ceremonija. Ikdienā sabiedroto karavīri piedalās kopīgās militārās mācībās ar Nacionālajiem bruņotajiem spēkiem, tādējādi uzlabojot savietojamību ar sabiedrotajiem, lai spētu reaģēt uz drošības vides izmaiņām.

## Viedokļi

**Laikraksts “Vaduguns” jautāja iedzīvotājiem un savas nozares profesionāļiem, kā viņi vērtē gaidāmo NATO kaujas grupas paplašināšanos Latvijā un cik šis lēmums ir būtisks priekš mūsu valsts?**

### Kolektīvās aizsardzības modelis - draudu apturēšanai



**ILGVARS BAUMANIS**, Zemessardzes Veterānu apvienības priekšnieks, atvaļināts majors: -NATO tiks stiprināts visos virzienos un visās jomās. Tas tika pateikts ASV prezidenta Džo Baidena runā NATO samita laikā Madridē, un tā ir loģiska nepieciešamība, lai nodrošinātu pastiprinātu sabiedroto spēku klātbūtni Eiropā.

Ja Krievijas prezidents un viņa atbalstītāji, arī daži Latvijā dzīvojošie, kuri atbalsta Putina visatļautību, neievēro elementāru civilizētas sabiedrības dzīves modeli, tas liek satraukties un ir traucsmes zvans visai pasaulei. Karš Ukrainā, kur civiliedzīvotāji tiek pakļauti nežēlībām,

### Gatavojies sliktākajam, ceri uz labāko



**SERGEJS MAKSIMOVS**, Balvu novada domes priekšsēdētājs, Civiltās aizsardzības komisijas priekšsēdētājs: -NATO samitā pieņemto lēmumu par austrumu flanga stiprināšanu vērtēju atzinīgi, jo šobrīd esam nonākuši pie sen zināmas patiesības, proti, gatavojies sliktākajam, ceri uz labāko. Palielinot karavīru skaita klātbūtni Baltijas valstu reģionā, mēs gatavojamies sliktākajam, bet ceram uz labāko. Tas sniegs lielāku drošību ne tikai Latvijas iedzīvotājiem, bet Eiropai kopumā. Šobrīd tas īpaši aktuāli ir arī tādēļ, ka konflikta epicentrā ir Suvalku koridors – sauszemes josla, kas atdala Kaļiņingradu no Krievijas sabiedrotās Baltkrievijas, bet tai vienā pusē atrodas Polija, otrā – Lietuva. Pagājušajā ceturtdienā Briselē tikos arī ar vairākiem Lietuvas kolēģiem, kuri ir noraizējušies par Baltkrievijā īstenotajām militārajām

liet mums visiem normāli domājošajiem Latvijas pilsoņiem saprast, ka, nepastiprinot militāro potenciālu un kaujas spēju uzlabojumu, Latvijas neatkarība ir apdraudēta. Vēl ļoti labs un savlaicīgs lēmums ir Zviedrijas un Somijas uzņemšana NATO, kas uzlabos arī Baltijas valstu drošību. Mums visiem jāsaprot, ka reālu militāru draudu rezultātā kolektīvās aizsardzības modelis ir vienīgais, kas Krievijas draudus var apturēt. Būtiski prātā paturēt arī to, ka Latvijai jāturpina mūsu bruņoto spēku stiprināšana. Ir daudz mājas darbu, kuriem nepieciešami ātri risinājumi, proti, personāla rekrutēšana, mācību poligonu attīstība un militārās rūpniecības ražotņu izveide Latvijā. Veicamie darbi ir ne tikai Nacionālo bruņoto spēku, bet arī visas Latvijas sabiedrības uzdevums.

mācībām, un šajā brīdī neviens nevaram būt drošs par attiecīgiem militāriem soļiem no Baltkrievijas vai Krievijas. Tāpat, Briselē runājot ar NATO ģenerāli, virsniekiem un vairākiem ierēdņiem, galvenā ziņa bija, ka Ukrainai karā pret Krieviju ieroči tiks doti tik ilgi, cik vien tas būs nepieciešams. Uz manu jautājumu, cik ilgi tas varētu būt nepieciešams, atbilde neiepriecināja. Pēc militārpersonu domām, tie varētu būt pieci līdz septiņi gadi. Protams, kā tas izskanējis arī medijos, Ukrainas prezidents Volodimirs Zeļenskis vēlas, lai karš tiktu pabeigts jau šogad, bet Ukrainai nav šādu militāro resursu un pietiekami apmācīta personāla. Līdzīgas problēmas ir arī Krievijai, kas nozīmē, ka karadarbība turpināsies vēl diezgan ilgu laiku ar lielākiem vai mazākiem panākumiem no abām pusēm. Diemžēl Ukraina par to maksās ar savu karavīru un civiliedzīvotāju dzīvībām. Tas ir ļoti skumji. Tāpat ir skumji un ļoti žēl, ka mēs civilizētajā Eiropā mūsdienās savas attiecības risinām ar ieročiem, nevis diplomātisku sarunu ceļā.

### Lai NATO intereses sakrīt ar mūsējām



**DMITRIJS USINS**, bijušais balvenietis: -Uzskatu, ka nav starpības, proti, ir 1700 vai 5000 NATO karavīru. Viss atkarīgs no mums pašiem, cik mēs, latvieši, esam stipri un gatavi cīnīties par savu zemi, par savu brīvību. Tāpat uzskatu, ka vajag vairāk ieguldīt savā valstī, tautā un savas valsts aizsardzībā. Ir nepieciešami

moderni ieroči, nevis metāllūžņi... Ja paši nebūsim stipri, neviens cits nepalīdzēs. Ir skaidrs, ka NATO ir savas intereses. Dod Dievs, lai, ja pienāks ‘X’ stunda, NATO intereses būtu mūsu pusē (negribas gan to pārbaudīt). NATO karavīri arī varētu būt ļoti labi instruktori mūsu karavīriem, bet ne jau mūsu zemes aizstāvji.

## Meklējam atbildi

Kā klājas *kaņepju afēras* varonei Dekšārēs?

**“Pirms laba laika masu mediji stāstīja par pensionāri, atraktīvo latgalieti Rēzeknes (iepriekš - Viļānu) novadā, kurai policija izrāva visas kaņepes, uzskatot, ka tante nodarbojas ar narkotikām. Vai nevarētu pastāstīt, kā viņai tagad klājas, vai ir saņēmusi atlīdzību par nodarīto zaudējumu un vai kaņepes audzē joprojām?”**

Lai rastu atbildi uz Balvu pensionāres laikrakstam uzdoto jautājumu, “Vaduguns” sazinājās ar DZIDRU BRUZGULI, kura dzīvo Rēzeknes novada Dekšārēs. Acimredzot asprātīgās latgalietes vārds atmiņā palicis ne vienam vien, saistībā ar izskanējušo kaņepju skandālu Dekšāres pagastā. “Vaduguns” sazinājās ar Dzidras kundzi, pārlicinoties, ka viņa joprojām nav zaudējusi enerģiju un prot iedvesmot ar savu aktivitāti, dzīvesprieku un drosmi.

Stāsts ir tāds, ka policisti 2018. gada augustā Dzidras kundzes saimniecībā izrāva 363 kaņepju stādus un aizveda uz ekspertīzi. Protams, narkotiskās vielas stādos neatrada. Sākumā Administratīvā rajona tiesa lēma, ka kaņepju audzētājam kompensācijā jāsaņem nieka 27 eiro, bet Dzidra Bruzgule pierādīja, ka prot pastāvēt par savu taisnību. Viņa sūdzējās nākamajā instancē. “Esmu aktīva pensionāre. Esmu cīnītāja, cīnos par daudz ko, man nav miera,” saka pati.

Administratīvā apgabaltiesa par labu Dzidrai Bruzgulei no Valsts policijas par pagalmā nogrieztām kaņepēm lēma piedzīt kompensāciju 1500 eiro apmērā, taču par radīto stresu un veselības problēmām seniore prasīja 3000 eiro. Kaimiņi teikuši, lai prasa visus 5 tūkstošus, bet gluži tik

daudz nav gribējusi, lai nemocītos sirdsapziņas pārmetumos. Viņai prieks, ka tiesa spriedusi tiesu un beigu beigās pensionāre nav palikusi par vainīgu, jo tad gan būtu dikti krepķīga.

Dzidrai ir gandarijums par spriedumu kaņepju lietā, lai gan policistu rīcību uztvērusi kā pāridarījumu. “Atnāca pie manis bez kādām zināšanām un saprašanas tādu postu izdarīt. Būtu taču jāzina, kas ir kas, ja dara tādu darbu. Varēja paņemt no katras kaņepes pa lapiņai, taisīt analīzes un tad raut ārā. Bet nē, viņi uzreiz notīrīja visas kaņepes! Iznāca liela brēka. Ja es nebūtu tik sprauna, varēju i neizturēt un galus atdot, jo tāds pārdzīvojums toreiz sanāca!” atceras pensionāre. Atbraukuši toreiz pie viņas ar krimināllietu, vienīgi pietrūcis rokusdzelžu. “Labi, ka toreiz nebiju viena. Strādāju dārzā, piebrauca ekipāža, kolonna ar mašīnām. Labi, ka mazmeita gadījās, kas nofotografēja bildes,” viņa stāsta.

Kaņepes Dzidra Bruzgule audzē joprojām, jo tādas mulķošanās pēc jau neies mest malā tik labu lietu, kā pati saka. To viņa dara pašas priekam un savai vajadzībai, jo Dzidrai ļoti garšo kaņepju sviests. Sēkliņas var piemest pie putrām, maizes miklai, vai arī samalt un piejaukt sviestam, iznāk garšīgs smēriņš uz maizītes. Kaņepes pensionārei pazīstamas visu savu mūžu, jo tās audzēja arī tēvs. “Kaņepes ir dikti vērtīgas. Vai kādam tās arī negaršo?” brīnās Dzidra.

Dekšārēs saimnieko *Obelisk farm*, kas pievērsušies kaņepju audzēšanai un popularizēšanai. Dzidra priecājas par jauniešiem un uzņēmīgajiem cilvēkiem, jo viņi atbraukuši no tālienes un iekopj mājas tālajā lauku nostūrī.



Foto - no personīgā arhīva

**Jūtas optimistiski.** Dzidra Bruzgule ir aktīva pašdarbiece, ar savu deju kolektīvu piedalījies senioru saietā Balvos, un labi atceras šo tikšanos un izjūtas. Pati smeļ, ka joprojām patīk pucēties un ar savu klātbūtni kuplināt svētkus. Dzidrai Bruzgulei ir 76 gadi, jūtas enerģiska un mundra, mīl saviesīgas tikšanās un patīk būt starp cilvēkiem. Rūpējas par dārzu un audzē arī kaņepes. Saka paldies visiem, kuri dzīvojuši līdz viņas ‘kaņepju afērai’ un pārdzīvojuši par policijas pāridarījumu.

## Ko darīt ar izrautajiem ķiploku ziediem?

**“Ziemas ķiploki šajās nedēļās ir pašos ziedos. Zinu, ka noteikti jāizplūc ziedi, lai saaugtu laba ķiploku raža. Bet ko darīt ar šiem ziedkātiem? Žēl tos vienkārši izmest.”**

Ķiplokus dažādās platībās audzē vai katrā dārziņā. Kādam ir tikai neliela dobe, bet nopietnāki saimnieki to audzēšanu izvērs ar mērķi saražot vairumā un pārdot. Viļakas pusē labi pazīst darbīgos *Stabļovas ķiploks* saimniekus, kuri ķiplokus audzē 0,7 ha. Ko viņi dara ar ķiploku ziediem un ko var ieteikt izmēģināt citiem?

Sarunā ar ILZI SUPI uzzinājām, ka ir ķiploku šķirnes, kurām ziedi neveidojas, līdz ar to mazāk arī darba un nav

jālauza galva, ko darīt ar šo produkciju. Bet ziedu kāti ir vērtība, ko nevajadzētu noniecināt un izmest. Ja ķiploku nedaudz, varbūt pāris desmiti, tad, protams, neko daudz ar ziedkātiem iesākt nevar. *Stabļovas ķiploks* ziedus cenšas novākt īstajā laikā, kamēr tie pavisam svaigi, un tad samaļ divas reizes, izmantojot profesionālu gaļas mašīnu, pieliek garšvielas, eļļu un sapilda burciņās. Tas ir labs un vērtīgs produkts, ko var smērēt uz maizes, izmantot gaļas marinēšanai un tamlīdzīgi. Saimniece stāsta, ka iedzīvotāji jau iepazinuši šāda veida produktu, un pieprasījuma tam netrūkst. Lai iegādātos, jādodas uz viņu saimniecību. Pagatavot šādu pesto var mēģināt arī katrs pats, ja vien dārzā aug ķiploki. Šonedēļ ir īstais laiks ziedu novākšanai, lai pēc tam dāsni var briest ķiploku raža.



Foto - M.Sprudzāne

## Kas jādara, lai saņemtu nepieciešamos pakalpojumus?

**Redakcija uzklausa Šķilbēnu pagasta iedzīvotāju, kura lūdza palīdzēt viņai atrisināt sadzīviska rakstura problēmu. Pensijas vecuma kundzīte pauda pārliecību, ka viņai nevēlas palīdzēt.**

## Reizi mēnesī grib nomazgāties

Sazinājāmies ar MARGARITU SLIŠĀNI. Viņai ir 79 gadi, pensionāre dzīvo viena pati Upītē, kā pati raksturo, ļoti sliktā vienistabas dzīvoklī bez labierīcībām. Pensionārei ir nelieli ikmēneša ienākumi, kas nesasniedz pat trīs simtus eiro, ir trūcīgās personas statuss. Viņas lielākā problēma šobrīd tā, ka nav kas palīdz saņemt ikdienišķu pakalpojumu – nomazgāšanos. Pati stāsta: “Man prasa sakārtot dokumentus, beigās vēl pateica, ka neesmu nekāda vientuļniece, jo ir bērni. Bet meita ar savējiem dzīvo Rīgā, dēls gan tepat, Čīlīpīnē, taču viņš strādā par šoferi un ir ļoti aizņemts. Ko viņi man var palīdzēt? Darbinieki tikai meklē iegāstus, lai nevajadzētu

man palīdzēt. Agrāk dzīvoju lauku mājā pie pašas robežas, man tur vienai bija bailes palikt un dzīvot, atnācu uz Upītes centru. Pensija ir maza, bet trīsdesmit gadus nostrādāju par slaucēju. Tagad jāpērk malka, nezinu, kā naudu tai salasīt, jo viss kļuvis ļoti dārgs.”

No sarunas bija noprotams, ka viņas lielākā un šobrīd vienīgā vēlēšanās ir, lai viņai palīdzētu kārtīgi nomazgāties kaut vai reizi mēnesī.

## Jāsakārto dokumenti, un pakalpojums būs

Redakcija sazinājās ar Samariešu apvienības Vidzemes nodaļas vadītājas vietnieci KARĪNU VECO. Viņa uzsvēra, kas iedzīvotājam jādara, lai saņemtu samariešu pakalpojumu. Vispirms jāgriežas pie sava ģimenes ārsta, kurš novērtēs pacienta veselības stāvokli un dos slēdzienu par cilvēka

pašaprūpes spējām un to, kāda rakstura pakalpojumi viņam būtu nepieciešami. Pēc tam jāsaņem ar sociālo darbinieku, kurš iepazīsies ar ārsta izdoto slēdzienu, izvērtēs cilvēka materiālo situāciju, aprūpes spējas un noteiks nepieciešamo aprūpes pakalpojumu, kā arī to, vai par to būs jāmaksā. Ļoti iespējams, ka pakalpojums būs bezmaksas. Karīna ieteica sazināties ar sociālo darbinieci Balvos, jo tas būšot ātrāk. Sazināties var telefoniski ( Indra, tālr. nr. 26194104).

Uzklausījām Viļakas teritoriālā centra vecāko sociālo darbinieci ILUTU KEIŠU, kura informēja, ka konkrētajā gadījumā problēmu centušies risināt, jo 1.jūnijā, sadarbībā ar pagasta pārvaldes vadītāju, bijis noorganizēts brauciens uz Viļakas teritoriālo centru, kur var saņemt dušas pakalpojumu. Taču kundze no šī piedāvājuma esot atteikusies. Ja ir bērni un cilvēks nav gluži vientuļš, tad, kā uzsvēra sociālā darbiniece, arī viņi varētu parūpēties par savu tuvinieku.

## Informē Valsts meža dienests

## Vilku uzbrukumu skaits pieaudzis, aicina aktīvāk ziņot par tiem

Šogad Valsts meža dienests ir saņēmis 20 apstiprinātus ziņojumus par vilku uzbrukumiem, kuros cietis ievērojams skaits mājlopu. Dzīvnieku īpašniekus aicina aktīvāk ziņot par vilku uzbrukumiem.

Valsts meža dienesta rīcībā esošie vilku klātbūtnes pazīmju dati un pagājušās medību sezonas medību rezultāti liecina, ka vilku populācijas stāvoklis Latvijā ir stabils. Vienlaikus ir būtiski pieaudzis vilku uzbrukumu skaits mājlopiem. Kopš šī gada sākuma Valsts meža dienests ir saņēmis 20 apstiprinātus ziņojumus par vilku uzbrukumiem, kuros nogalinātas 79 aitas un viens suns, savainotas 34 un pazudušas 14 aitas. Cietušo dzīvnieku skaits ir būtiski lielāks nekā pagājušajā gadā šajā periodā. No 2021.gada 1.janvāra līdz 30.jūnijam Valsts meža dienestā tika reģistrēti 11 vilku uzbrukumi, kuros nogalinātas 16 un savainotas 11 aitas, kā arī noplēsts viens teļš, četri suņi un pieci staltbrieži briežu dārza teritorijā.

Lielākā vilku uzbrukumu intensitāte šogad konstatēta Cēsu novada Amatas, Vaives, Veselavas un Līgatnes pagastos –

tajos notikuši 12 uzbrukumi, kuros nogalinātas 54 aitas, savainotas 19 un pazudušas 3 aitas.

Par lielo plēsēju uzbrukumiem ne vienmēr tiek ziņots Valsts meža dienestam, jo Latvijā plēsēju izraisītie zaudējumi netiek kompensēti. Neraugoties uz to, dienests aicina iedzīvotājus aktīvāk ziņot par lielo plēsēju uzbrukumiem un veikt preventīvus pasākumus pret tiem. Uzbrukums, par kuru ticis ziņots, tiek oficiāli atzīts par notikušu un kalpo par pamatu lielo plēsēju nometīšanas apjoma noteikšanai. Valsts meža dienests par plēsēju uzbrukumiem aicina ziņot pēc iespējas ātrāk pēc notikušā, lai dienesta speciālists varētu operatīvi ierasties notikuma vietā, izdarīt slēdzienu, sastādīt oficiālu aktu un paņemt plēsēja DNS paraugu tālākai analīzei.

Valsts meža dienests ir vadošā iestāde meža ilgtspējai. Dienests uzrauga meža apsaimniekošanu un izmantošanu, medības reglamentējošo normatīvo aktu prasību ievērošanu, kā arī īsteno meža ugunsapsardzību un uzkrāj informāciju par mežu un tajā notikušo mežsaimniecisko darbību. Valsts meža dienests ir uz attīstību vērsta, mūsdienīgi domājosa



iestāde, kura pārmaiņas un ikviena darbinieka profesionalitāti uztver kā gudru ceļu uz izaugsmi. Valsts meža dienests ir pārliecināts, ka pastāvēs, kas mainīsies. Valsts meža dienests ir zemkopības ministra padotībā esoša valsts pārvaldes iestāde.

## Rīkosimies pareizi

## Kāpēc tableti patvaļīgi dalīt nedrīkst – 12 padomi zāļu lietošanai

**Ikviena dzīves laikā ir kaut vai tikai dažas reizes slimojis un lietojis medikamentus. Gadiem ritot, dažiem zāles nākas uzņemt regulāri, un tikai retais seniors bez tām iztiek. Cik vienkārši ir lietot medikamentus? Vai var jebkuras zāles jebkurā laikā iemest mutē un uzdzert ūdeni? Izrādās, ka nē. Biežākās kļūdas, lietojot medikamentus, un ieteikumus to pareizai uzņemšanai apkopo farmaceite GUNA EVERTE.**

## Stingri ievēro lietošanas nosacījumus

“Pasaulē veikto pētījumu dati liecina, ka aptuveni puse no zālēm, ko izmanto augsta asinsspiediena, 2. tipa cukura diabēta un citu hronisku slimību ārstēšanai, netiek lietotas saskaņā ar ārstu norādījumiem,” stāsta farmaceite. Viņa iesaka izveidot speciālu režīmu, sasaistot zāļu dzeršanu ar citām regulārām ikdienas nodarbēm. “Sastādi visu savu receptu un bezreceptu medikamentu sarakstu un lieto tās, cik iespējams, katru dienu vienā un tajā pašā laikā. Ja joprojām neizdodas izveidot ieradumu, izmanto tablešu kastīti ar nedēļas dienām un novietoj to uz virtuves galda vai citur, kur tā vienmēr ir pamanāma. Viedtālrunī var lejupielādēt arī atgādinājuma lietotni.” Tāpat Guna Everte iesaka, iegādājoties zāles, noteikti pārrunāt ar farmaceitu to lietošanas nosacījumus, lai pārliecinātos, vai ārsta sacītais ir saprasts pareizi. “Bieži vien tas, kas pacientam šķietis saprotams vizītes laikā, aptiekā jau ir aizmirsies (jo sevišķi, ja medikamentu ir daudz), tādēļ saruna ar farmaceitu nekad nebūs lieka.”

## Nepārspilē ar pretsāpju līdzekļiem

Izpētīts, ka gandrīz katrs piektais cilvēks mēdz pārsniegt nesteroido pretiekaisuma līdzekļu, piemēram, ibuprofēna vai naproksēna, lietošanas ieteicamo devu. Un gandrīz 25% cilvēku vienlaikus lieto divus vai vairākus nesteroidos pretiekaisuma līdzekļus. Nepareiza šo zāļu lietošana var bojāt aknas, nieras, smagākos gadījumos – izraisīt asiņošanu. Ir svarīgi ievērot zāļu instrukcijā norādītas devas un lietošanas ilgumu, kas parasti ir vien dažas dienas. Maziem bērniem zāļu devu nosaka pēc svara, nevis vecuma.

## Nedali visas tabletes

Ja vien ārsts nav ieteicis citādi, tabletes ir jānorij veselas, nevis jāsakojā, jo speciālais apvalks nodrošina to pareizu uzsūkšanos organismā. Apvalks var būt vajadzīgs arī tādēļ, lai ietvertu divas zāļu aktīvās vielas, kā arī, lai pasargātu kuņģa gļotādu. Ja tabletes ir jāsadala, tas jādarā tieši pirms lietošanas, lai izvairītos no apkārtējās vides ietekmes. Parasti gan medikamenti tiek izstrādāti dažādās devās un ārsts tās norāda receptē. “Vai pacients pēc savas iniciatīvas sadala tableti, ir grūti noskaidrot,” atzīst farmaceite. Ir gadījies, ka seniori pastāsta par tabletes dalīšanu, tā vēloties ietaupīt un pagarināt zāļu lietošanas laiku. Taču jāņem vērā, ka ārsta izrakstītās zāļu devas patvaļīga samazināšana nesniegs gaidāmo terapeitisko efektu. Tādēļ ir ārkārtīgi svarīgi, ka multimorbīdi pacienti – tādi, kuri vienlaikus ikdienā lieto vairākas zāles pret vairākām slimībām – konsultētos ar farmaceitu par

pareizu zāļu lietošanu, jo farmaceits var palīdzēt sastādīt korektu medikamentu lietošanas plānu,” saka Guna Everte.

## Pievērs uzmanību garastāvokļa izmaiņām

“Uzsākot lietot kādas zāles, jo sevišķi, ja tās būs jālieto regulāri vai vairāk nekā tikai dažas dienas, rūpīgi seko līdzi savai pašsajūtai,” iesaka farmaceite. Vairāk nekā 200 medikamentiem, tostarp kontracepcijas tabletēm, asinsspiediena un grēmas mazinošām zālēm, ir iespējamas blakusparādības, turklāt visdažādākās, tostarp depresija. “Ja novēro, ka zāļu lietošanas posmā sāk justies nomāks ilgāk par pāris nedēļām, ziņoj par to savam ārstam – varbūt pie vainas patiešām ir kāds no lietotajiem medikamentiem. Pastāv iespēja samazināt devas vai piemēlēt citu medikamentu.”

## Regulāri pārskati lietojamo zāļu klāstu

Ja regulāri lieto receptu, bezreceptu medikamentus vai uztura bagātinātājus, katru gadu pārskati savu izvēli kopā ar ģimenes ārstu vai farmaceitu. Varbūt dažas no zālēm vairs nav nepieciešamas, savukārt pret citām var būt izveidojies pieradums, un ir jāpiekorigē devas vai jāmaina preparāts. Šis ieteikums īpaši attiecas uz cilvēkiem gados un tiem, kuri vienlaikus lieto vairākus medikamentus.

## Salāgo zāļu lietošanu ar ēdienreizēm

Dažas zāles iedarbojas labāk vai ātrāk tukšā dūšā, citas ieteicams lietot tikai ēšanas laikā. Turklāt atsevišķi pārtikas produkti un zāles var radīt nelabvēlīgas vai pat bīstamas kombinācijas. “Piemēram, piena produkti saskarsmē ar dažām antibiotikām, noteiktas holesterīna līmeni pazeminošas zāles – ar greipfrūtu sulu, zaļie lapu dārzeņi un citi ar K vitamīnu bagāti pārtikas produkti kombinācijā ar noteiktiem asins šķīdinātājiem. Kā ir pareizi jālieto izrakstītās zāles un no kādas mijiedarbības uzmanīties, zinās izstāstīt farmaceits. Jebkurā gadījumā – zālēm jāuzdzert nevis pāris malku, bet gan vesela glāze ūdens.”

## Medikamenti un alkohols nav draugi

Ikvienam ir zināms, ka nedrīkst lietot alkoholu un vadīt automašīnu. Arī daudz medikamentu lietošana kopā ar alkoholu nav pieļaujama. “Miegazāles, zāles pret saaukstēšanos un citi preparāti, kas izraisa miegainību, var padarīt vairāk miegainu, ja tos lieto kopā ar alkoholiskajiem dzērieniem, turklāt alkohols, mijiedarbojoties ar dažām zāļu sastāvdaļām, bojā aknas. Vienmēr konsultējies ar ārstu vai farmaceitu par drošu medikamentu lietošanu!”



## Uzglabā zāles pareizi

Siltums un mitrums bojā medikamentus un tas nozīmē, ka iedarbības efektivitāte var zust. Lielāko daļu zāļu vislabāk uzglabāt vēsā, sausā vietā, kur tiem nevar piekļūt bērni. Insulīns un daži citi preparāti ir jāglabā ledusskapī.

## Nelieto medikamentus uz savu galvu

Zāles ir jālieto tik ilgi un tieši tā, kā noteicis ārsts, pat, ja jūties labāk jau pirms noteiktās devas izlietošanas. Tomēr liela daļa cilvēku, kuri lieto medikamentus, to neievēro. Pirms pārtrauc zāļu lietošanu, noteikti konsultējies ar ārstu!

## Ievēro derīguma termiņu

Pētījumi liecina, ka lielākā daļa medikamentu saglabā līdz pat 80% no sākotnējās iedarbības arī gadu vai divus pēc to derīguma termiņa beigām. Tomēr dažus medikamentus, kam beidzies derīguma termiņš, lietot var būt riskanti. Tāpēc ir svarīgi veikt revīziju mājas aptieciņā, ja nepieciešams, iegādājoties vietā jaunas. Nekādā gadījumā nedrīkst izmest zāles atkritumos. Jānoskaidro tuvākā aptieka, kurā pieņem medikamentus ar beigušos derīguma termiņu, un zāles jānodod utilizācijai.

## Devu precizitāte šķidrājiem preparātiem

“Karotes izmantošana šķidro zāļu lietošanai var izraisīt dozēšanas kļūdas,” brīdina farmaceite. Pētījumos konstatēts, ka cilvēki, kuri izmanto maza izmēra karoti, lai ielietu, piemēram, klepus sirupu vai citu šķidru medikamentu, uzņēma pārāk mazu devu, savukārt tie, kuri izvēlējās lielo karoti, biežāk pārdozēja. “Vienmēr izmanto speciālo zāļu karoti, glāzi ar iedaļām, šļirci vai citu mērinstrumentu, kas pievienots medikamenta iesaiņojumam, vai iegādājies to aptiekā, jautājot farmaceitam.”

## Esi uzticīgs vienai aptiekai

Vislabāk ir visas nepieciešamās zāles iegādāties vienā aptiekā, lai farmaceitam būtu pilnīgs priekšstats par klienta lietotajiem medikamentiem. “Tas var palīdzēt novērst zāļu nevēlamu mijiedarbību un citas iespējamās ar medikamentu lietošanu saistītās problēmas. Vēl labāk, ja konkrēts farmaceits kļūtu par uzticības personu. Zāļu lietošana nav vienkārša, un tikai retais tiks galā bez speciālista palīdzības,” saka Guna Everte un aicina atrast savu farmaceitu, kam uzticēties un ar ko pārrunāt jebkuru jautājumu, kas saistīts ar zālēm, uztura bagātinātājiem vai ārstnieciskajām tējām un to lietošanu.



## Apsveikumi

Jūsu savienībā iedegās Dimanta kāzu vērtīgā gaisma.  
Mēs vēlam jums lielisku veselību,  
Tuvinieku rūpes un uzmanību.  
Paldies par jūsu gudrību un mīlestību!



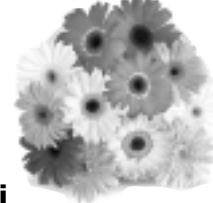
Vismīļākie novēlējumi  
**Zinai un Jānim Serdāniem**  
Dimantu kāzu jubilejā! Ritiniet savu dzīves komolīti arī turpmāk.  
Dēls Ainārs, meitas Ira un Ilona, viņu ģimenes

Lai notiek tā, kā vēlas Tava sirds,  
Lai atspīd saule tad, kad lietus list,  
Lai atskrien vējš, kas bēdas aiznes līdz,  
Lai Tev ar smaidu, atnāk katras dienas rīts.



Miļo vecmāmiņu **Ainu Aleksandroviču**  
sveicu lielajā 88.jubilejā! Tu esi ļoti, ļoti mīļa!  
Mazdēls Juris

Ir dzīve tā kā kalns ar gadu kāpēm,  
Pa kurām atpakaļ mēs nevaram vairs tikt.  
Tā paiet mūžs ar priekiem un ar sāpēm,  
Tam pretī varam tikai darbu, mīlestību likt.  
(Z.Purvs)



Miļi sveicam **Dzidru Šūpulnieci**  
skaistajā jubilejā!  
Bijušās klasesbiedrenes Viksnas skolā: Aina, Ārija,  
Anna, Silvija, Maruta, Cerība

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



Paldies Tamārai, Irminai un Jānim par sveicieniem jubilejā!  
**MARUTA**

## Pērk

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

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

Pērk izcirstus mežus, cirsma un jaunaudzē. Tālr. **28282021.**

Vēlamies iegādāties **LAUKU MĀJU** Balvu novadā (laukos) ar zemi. Tālr. **25302291.**

Pērk cirsma. Tālr. **28282021.**

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

Pērk mežus, cirsma (arī izstrādātas), apaugumus. Sniedz izstrādes pakalpojumus. Tālr. **27270205, 25752944.**

Pērkam izstrādātas meža, aizaugušas zemes platības līdz **3000 EUR/ha.** Tālr. **27807412.**

## Piedāvā darbu

SIA "Senda Dz" aicina darbā:  
**PAVĀRU, KONDITORU,  
VIRTUVES DARBINIEKU.**  
Samaksa pēc vienošanās.  
Tālr. **29476392.**

## Dažādi

Vēlos nomāt lauksaimniecības zemi.  
Tālr. **28772537.**

Smalcina zāli ganībās, pļavās.  
Tālr. **29165808.**

Zāles smalcināšana, 60 EUR/ha.  
Tālr. **26512307.**

Vālošana un rulonu presēšana.  
Tālr. **25599399.**

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

Vēlos irēt dzīvokli Balvos.  
Tālr. **29222496.**

## Sakopšanas talka

9.jūlijā plkst. 10.00 ČUŠĻU kapu sakopšanas talka.

## Pārdod

Pārdod zemes. Tālr. **26626889.**

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

Skaldīta malka.  
Cena 40 EUR/berkubā. Piegādes apjoms līdz 7 berkubiem. Ir sausā.  
Tālr. **25543700.**

Pārdod skaldītu malku ar piegādi, 360 EUR/krava. Tālr. **26425960.**

Pārdod šūnas, 1,20 EUR/loksne.  
Tālr. **29361298.**

Pārdod sienu rulonus.  
Tālr. **29203744.**

Pārdod grūnsu teli, atnesisies augustā. Tālr. **26331440.**

Dzīvi Alūksnes ezera zuši, iespējams pasūtīt kūpinātus.  
Tālr. **29322625.**

## Līdzjūtības

Tavas pēdas, ko atstāji mūsu dzīvē,  
Laiks nedzēsīs.  
Tavs gars tiks tālāk nests mūžam  
mūsu piemiņās.

Dusi mūžīgā mierā.  
Skumju un atvadu brīdi mūsu visdziļākā līdzjūtība **Aijai Dupužai un tuviniekiem, VĪRU** mūžības ceļā pavadot.  
Vancānu ģimene

Prāts negib noticēt  
Sirds nesaprot,  
Kam pēkšņi apdzisusi  
Tava diena. (K.Apškrūma)  
Visdziļākā līdzjūtība **tuviniekiem, ALDI BARANOVSKI** zemes klēpi guldot.  
Klasesbiedrene Dzidra

Mēs klusi paliekam šai krastā,  
Vēji šalkos un mierinās mūs,  
Bet tava vieta, kas bija šai dzīvē,  
Vienmēr mūsu atmiņās būs.

(S.Kaldupe)  
Līdzjūtība **Pēterim**, mūsu **IVETU PASIČŅIKU** mūžībā pavadot.  
Kaimiņi no **Brīvēzniekiem**:  
Valentīna, Uldis un Igors

## Pateicība



Vissirsnīgākā pateicība pareizticīgo draudzes mācītājam, "Senda Dz" kolektīvam, Zintim Krakopam, radiem, draugiem, kolēģiem, visiem, kuri bija kopā ar mums, pavadot miļo māmuli **Klavdiju Danielu** skaistu ziedu ieskaustajā mūžības ceļā.  
**MEITA IVETA AR ĶIMENI**

## Informē Labklājības ministrija

# Papildu atbalsts sociālajā un nodokļu jomā

Ar 1.jūliju ir piemērojamas vairākas normas no sociālās jomas tiesību aktiem un likumā "Par iedzīvotāju ienākuma nodokli" iepriekš pieņemtajiem grozījumiem. Tas ir papildu atbalsts gan senioriem, gan mazu ienākumu saņēmējiem, kā arī jaundzimušo mazuļu vecākiem.

## Gūstot darba ienākumus, varēs saņemt arī valsts sociālā nodrošinājuma pabalstu

Valsts sociālā nodrošinājuma pabalstu piešķir personai, kurai nav tiesību saņemt valsts pensiju vai apdrošināšanas atlīdzību saistībā ar nelaimes gadījumu darbā vai arodslimību, un persona ir sasniegusi vecumu, kāds saskaņā ar likumu "Par valsts pensijām" ir noteikts, lai varētu saņemt vecuma pensiju. Šis pabalsts ir viens no regulāri izmaksājamiem valsts sociālo pabalstu veidiem, kuri tiek finansēti no valsts pamatbudžeta un kuru apmēru ietekmē valsts finansālās iespējas. Pabalstu izmaksā Valsts sociālās apdrošināšanas aģentūra.

Valsts sociālo pabalstu likumā ar šogad veiktajiem

grozījumiem, kas stājas spēkā 29.martā, tika noteikts, ka no 2022.gada 1.jūlija personas, kuras sasniegušas vecuma pensijas piešķiršanai nepieciešamo vecumu, bet, kurām nav tiesību uz vecuma pensiju, nodarbinātības laikā varēs turpināt saņemt valsts sociālā nodrošinājuma pabalstu. Gūstot darba ienākumus, vienlaikus būs tiesības saņemt arī valsts sociālā nodrošinājuma pabalstu. Līdz šim likumā bija noteikts, ka nodarbinātājam un pašnodarbinātājam personām, kuras ir sasniegušas vecuma pensijas piešķiršanai nepieciešamo vecumu, bet, kurām nav tiesību uz vecuma pensiju, sociālā nodrošinājuma pabalsta izmaksa uz nodarbinātības laiku tiek pārtraukta.

## Pensijas neapliekamais minimums – 500 eiro

Ar 1.jūliju palielināts pensionāra neapliekamais minimums līdz 3000 eiro pusgadā jeb 500 eiro mēnesī. Ar 1.jūliju ir palielināts arī maksimālais neapliekamais minimums strādājošajiem – no 1.jūlija līdz 31.decembrim tas būs 3000 eiro jeb 500 eiro mēnesī (2022. gada pirmajā pusgadā – 2100

eiro jeb 350 eiro mēnesī).

## Ar nodokli neapliek darba devēja izmaksāto pabalstu par jaundzimušo

Ar grozījumiem likumā "Par iedzīvotāju nodokli" noteikts atbrīvojums darba devēja izmaksātajam pabalstam līdz 250 eiro darbiniekam saistībā ar bērna piedzimšanu. To paredz likuma 9. panta ("Ar nodokli neapliekamo ienākumu veidi") pirmās daļas papildinājums: "Gada apliekamajā ienākumā netiek ietverts un ar nodokli netiek apliekts darba devēja darbiniekam piešķirtais bērna piedzimšanas pabalsts līdz 250 eiro par katru vienās dzemdībās dzimušo bērnu, ja pabalsts izmaksāts sešu mēnešu laikā no bērna piedzimšanas dienas." Līdz šim, ja darba devējs materiāli atbalstīja savus darbiniekus, piešķirot pabalstu saistībā ar bērna piedzimšanu, no šī pabalsta ieturēja iedzīvotāju ienākuma nodokli.

Likuma pārejas noteikumos paredzēts, ka šī norma stājas spēkā 2022.gada 1.jūlijā un ir attiecināma uz pabalstiem, kas izmaksāti par bērniem, kuri dzimuši pēc 2021.gada 31.decembra.



Indekss 3004

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

**REDAKCIJAS ADRESE**  
**TEĀTRA IELĀ 8**  
**BALVOS, LV-4501**  
**NORĒĶINU KONTS**  
A.S. SEB BANKA  
Nr. LV21UNLA0024000467345,  
kods UNLALV2X

Publicētie materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli. Par faktu, skaitļu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstem 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 **A.SOCKA**  
**GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA** - T. **25908200**  
**ŠOFERIS A.KIRSANOVŠ** - T. **27870730**  
**Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961**

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

**Datorsalikums-**  
**SIA "Balvu Vaduguns",**  
**R.KACĒNS**  
Iespēsts SIA "Latgales Druka", Rēzeknē,  
Baznīcas 28  
**TIRĀŽA - 2420**