



“Naudas paradīzei nepietiek...”

“Meitenes, mācieties!” Balvu novada Izglītības pārvaldes vadība Eglaines pamatskolas skolotājas mudināja papildus apgūt speciālā pedagoga profesiju.

Edgars Gabranovs

Pērnā gada oktobra sākumā pedagogi, Balvu novada vadītāja Sergeja Maksimova aicināti, pacēla rokas, atbildot uz jautājumu, vai vēlas skolotāju balli 2023.gadā? Tolaik “Vaduguns” vēstīja, ka acimredzot būs jātur solījums. Jāsecina, ka balle, uz kuru ielūgti skolotāji, turklāt ar otrajām pusītēm, būs 29.septembrī! Par to divdesmit četrus mūsu novada izglītības iestāžu kolektīvus informēja Balvu novada pašvaldības Izglītības pārvaldes un izpildvaras vadība, kura divas nedēļas veltīja, lai tiktos ar lielo pedagogu saimi. “Strādājam jaunā formātā, izpaliekot ierastajai pedagogu konferencē,” ‘revizori’ atzina.

Kas vai kāds ir šis jaunais formāts? Pirms trīsdesmit gadiem Izglītības pārvaldes speciālisti, dodoties uz tā saukto skolu pieņemšanu, vairāk vai mazāk skrupulozi analizēja darba plānus, ieceres, dokumentus. Pirms desmit gadiem, šķiet, vairāk uzmanību pievērsa telpu apskatei, lepojoties ar izdarītajiem remontiem. Šogad patiesi koncentrētu un uz analīzi balstītu uzmanību ‘revizori’ vērsa izglītības kvalitātei, tostarp analizējot centralizēto eksāmenu (CE) rezultātus. Nav noslēpums, ka šogad 9.klašu beidzējiem centralizētajos eksāmenos visā valstī visvājākie rezultāti bija matemātikā. Patiesībā, runājot tēlaini, tā ir aisberga redzamā daļa. Izglītības pārvaldes vadītājas vietniece izglītības kvalitātes jomā Inta Kaļva mūspuses pedagogiem atgādināja, ka 6% jeb katrs 17 skolēns Latvijā nesaprot izlasīto tekstu. Tāpat viņa informēja, ka 9.klases matemātikas eksāmenā ar ļoti augstu sniegumu (67%-95%) nevar lepoties neviena mūspuses skola: “Augsts sniegums (60%-66%) bija vienai skolai, vidējs sniegums (45%-59%) piecām skolām, zems sniegums (38%-45%) trim skolām un ļoti zems sniegums (8%-37%) divām skolām.” Tāpat I.Kaļva visās skolās uzsvēra, ka mācību kvalitātes rezultātu saknes meklējamas, sākot ar pirmskolas izglītības bērnu sagatavotību skolai, kas vēlāk atklājas 3. un 6.klases pārbaudes darbos un 9.klases eksāmenos: “Aicinu nenēsāt rozā brilles. Ja ir problēma, tā ir jārisina. Katram bērnam, vai viņš māsē Rugājos vai Ķekavā, jāiegūst vienāda izglītība.” Spriežot par Izglītības ministrijas plāniem sasniegt skolotāju algu līmeni 2 500 eiro apmērā, Izglītības pārvaldes vadītājas vietniece noteica: “Naudas paradīzei nepietiek...” Jāpiebilst, ka skolotāju atalgojums pašvaldībai, visticamāk, sagādās galvassāpes, ņemot vērā slodžu sabalansēšanas prasību visā valstī.

Šonedēļ Balvu novada domes ārkārtas sēdē deputāti nolēma mainīt Viļakas Valsts

ģimnāzijas nosaukumu ar 2023.gada 1.septembri, piešķirot nosaukumu – Viļakas vidusskola – un neatbalstīja lēmumprojektu par Bērzpils pamatskolas Krišjāņu filiāles slēgšanu. Izglītības pārvaldes vadītāja Inese Circene atgādina, ka Viļakas Valsts ģimnāzijas statusa maiņa nebija spontāns lēmums: “Gadu no gada skolēnu skaita kritērijs netika pildīts. Par Krišjāņiem... Kāpēc šis jautājums tika virzīts uz domes sēdi? Pirmkārt, reāls bērnu skaits ir zināms ap 20.augustu, turklāt arī tad nav precīzs, jo ‘staigāšana’ no vienas uz otru izglītības iestādi ir aktuāla līdz 1.septembrim. Jā, kad apstiprinājām izmaksas uz vienu skolēnu, bija acimredzams, ka mūsu novadā ir divas, pat trīs pirmskolas izglītības iestādes, kurās izmaksas sasniedz vai pārsniedz 500 eiro uz vienu izglītojamo. Kur tās ir? Krišjāņos, Vectilžā un Medņevā. Krišjāņos plānotais audzēkņu skaits bija septiņi. Izglītības pārvalde patiesi ļoti daudz domā par ēku ekonomisku izmantošanu, kā tās papildīt, ko ar tām darīt? Tai pat laikā mēs maz domājam par skolēniem. Kā jūtas bērni, piemēram, viens sešgadīgais audzēknis Krišjāņu filiālē? Jā, nūja ar diviem galiem. Bērnu ir maz, viņi visi ir aprūpēti un pieskatīti. Tomēr piecgadniekiem-sešgadniekiem jāmācās būt lielākā sabiedrībā – darboties grupās. Tā ir vecāku izvēle, tomēr iecere bija bērņus vest uz Tilžu un Bērzpili. Uzskatu, ka, no bērnu viedokļa raugoties, viņi nebūtu zaudētāji. Deputātiem bija citas domas, kaut gan jau laikus lēmējvaru informējām, cik būs nepieciešams naudas no pašvaldības maciņa. Skumji, ka tolaik nebija ne priekšlikumu, ne jautājumu.” Jautāta, kas gaidāms jaunajā mācību gadā, pārvaldes vadītāja apstiprināja, ka visas izglītības iestādes turpinās darbu: “Manuprāt, gan no pedagogu, gan no pašvaldības puses skolas ir gatavas darbam. Paldies pedagogiem un skolu vadītājiem, kuri ir gatavi sagaidīt bērņus, BET... Apmeklējot visas izglītības iestādes, jāsecina, ka ir bažas par IT nodrošinājumu, kā arī atbalsta personāla trūkumu. Godīgi sakot, pagaidām vēl nezinu, kā atrisināt kadru jautājumu speciālo mācību programmu realizēšanai Stacijas, Tilžas, Eglaines un Viduču pamatskolās. Meklēsim risinājumus.

...jau kokos ievijas krāsu pavedieni, riti sapinas miglas palagos, bet asteru ziedi dārzos aicina uz skolu...

Klāt 1.septembris – Zinību diena, jauna mācību gada sākums. Šis ir īstais laiks, lai izvīrētu jaunus mērķus un uzsāktu ko nebijušu. Lielie un mazie skolēni, esiet zinātkāri, esiet radoši un varoši, esiet darbīgi un atbildīgi! Saņojiet un piepildiet savus sapņus! Ticiet sev un savām spējām sasniegt iecerēto! Cienījamie vecāki un pedagogi! Lai bērnu sasniegtais nes prieku un gandarijumu, lai varat vienmēr būt blakus, atbalstīt un motivēt!”

Nākamajā
Vadugunī

● Cienā ar kūkām un izklaidē
Mājas kafejnīcu dienas

● Atkal čalo skolēni
Mācības ir sākušās

Notiek kampaņa “Atpakaļ uz skolu!”

Tuvojoties jaunajam mācību gadam, Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijas Bērnu un pusaudžu uzticības tālrunis 116111 (Uzticības tālrunis) rīko ikgadējo kampaņu “Atpakaļ uz skolu!”. Šogad tā norisināsies līdz 3.septembrim. Kampaņas laikā psihoemocionālo atbalstu un palīdzību aicināti saņemt gan bērņi un pusaudži, gan vecāki, likumiskie pārstāvji, speciālisti, kā arī citi, kuru jautājumi saistīti ar bērņiem un jaunā mācību gada sākšanos.

Novāca nolūzušos kokus

Ugunsdzēsēji glābēji 30.augustā saņēma 47 izsaukumus uz glābšanas darbiem, kuri bija saistīti ar negaisa un vētras radīto postījumu novēršanu. Latgales reģionā saņemti 24 izsaukumi, tostarp uz ceļa braucamās daļas koki bija nolūzuši Baltinavas, Susāju un Šķilbēnu pagastos.

Īsziņas



Piesaki elektrotehnikas izvešanu un laimē!

No 4. līdz 29.septembrim SIA “ZAAO” darbības reģionā dzīvojošie aicināti piedalīties akcijā “EKO ZVANS!”, kuras laikā telefoniski (darba dienās no plkst. 8.00 līdz 17.00 zvani uz tālruna numuru 26132288) pieteikto, neizjaukto elektrisko un elektronisko iekārtu izvešana no adreses tiks veikta bez maksas. Akcijas dalībnieki piedalīsies arī vērtīgu balvu izlozē.

Iespējams saņemt atbalstu

Kopš 25.augusta uzņēmēji Attīstības finanšu institūcijā ALTUM aicināti iesniegt pieteikumus projektu atlases trešajā kārtā programmā energoefektivitātei, atjaunojamo energoresursu tehnoloģiju ieviešanai un elektroauto iegādei.

Talko Briežuciema daudzdzīvokļu māju iedzīvotāji

Pavisam cits skats!



Foto - no personīgā arhīva

Talkas diena Briežuciemā. Talkā iesaistījās 14 vietējie iedzīvotāji, starp kuriem bija arī trīs jaunieši un vairāki pārvaldes darbinieki. Par jauno līdzdarbību pārvaldniecei ir vislielākais prieks. Viņa vērtē, ka arī gados jaunajiem cilvēkiem rūp savas dzīvesvietas sakārtotība un vides izskats. Galu galā atkritumus taču bija sametuši paši vietējie māju cilvēki, un pašiem arī nācās vietu sakārtot. Iedzīvotāji kopā pastrādāja vien nepilnas divas stundas, un darbs bija padarīts.

Briežuciema pagasta pārvalde aicināja nākt kopā “DiĶmalas”, “Ozoliņu”, “Gundegas” un “Briežuciems” daudzdzīvokļu namu iedzīvotākus uz kopīgu talku, lai atbrīvotos no atkritumu izgāztuves, kas pie mājām veidojusies gadu gadiem. Talka ir notikusi, un pārvaldes vadītāja Sarmīte Tabore ir priecīga par izdarīto.

Laikrakstam “Vaduguns” pārvaldes vadītāja pastāstīja, ka talkas diena bijusi veiksmīga, un kopīgiem spēkiem teritorija

ir sakārtota. Atkritumu saturs ir pārlūkots un sašķiroti. Ko varēja, to sadedzināja, stikla priekšmetus salika atsevišķā konteinerā, pārējo iešķiroja palielos četros maisos, pievienojot nešķirotajiem. Izmesto gultu nodos metālā. Sarmīte Tabore, kura strādāja līdz ar pārējiem iedzīvotājiem, priecājas, ka tagad teritorijā ir pavisam cits skats, vietu vēl pielīdzinās, varbūt uzvedīs melnzemi, iesēs zāli un pēc laika tā kļūs vēl pievilcīgāka. Pārvaldniece talkotājiem par kopīgi veikto darbu saka lielu paldies.

Meklējam atbildi

Uzdāvina cilvēka dvēseles portretus

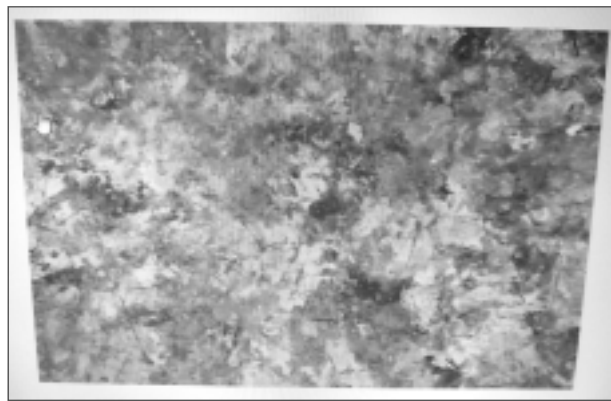
Lasiju Balvu novada domes sēdes lēmumu, ka Balvu Novada muzejs pieņems dāvinājumu no fiziskas personas. Tās būs vairākas gleznas, katra vienu tūkstoši eiro vērtā. Pastāstiet, kas tās par gleznām un kāpēc nonāks muzeja krājumā?

Sazinājāties ar Balvu Novada muzeja vadītāju Ivetu Supi. Viņa pastāstīja, ka šogad novada muzejā Balvos bija skatāma Daugavpils Marka Rotko centra vadītāja Māra Čačkas personālizstāde “Pieķeršanās”. Mākslinieks ir ilggadējs sadarbības partneris, organizējot Starptautisko glezniecības plenēru “Valdis Bušs” Viļākā, kā arī organizējot dažādas mākslas izstādes Mākslas skolā.

Izstādes noslēgumā Māris Čačka uzdāvināja Balvu novada muzejam 4 autortehnikā veidotus mākslas darbus. Muzejs ir pateicīgs māksliniekam par dāvinājumu un viņa ieguldījumu mākslas izglītības veicināšanā un novada mākslas dzīves iekļaušanu starptautiskā apītē.

Māris Čačka ir dzimis Varakļānos, ieguvis mākslas maģistra grādu un pedagoģijas zinātņu doktora grādu Daugavpils Universitātē. Kopš 2020. gada vada Daugavpils Marka Rotko mākslas centru.

Mākslinieka darbi atspoguļo visneiedomājamākos dvēseles stāvokļus. Tie ir cilvēka dvēseles portreti, kuru radīšanai mākslinieks iedvesmojies no intervijas ar konkrēto cilvēku. M. Čačka savu darbu radīšanai izmantojis grafikas izteiksmes



Autora darbi. Darbiem uz audekla autortehnikā mākslinieks Māris Čačka liek īsus nosaukumus - iniciāļus. Nosaukumi ļauj identificēt konkrētu mākslas darbu, taču interpretāciju neizvērs. Pat tad, ja iniciāļi atklātos pilnos vārdos, vizualitāte dotu plašāku informāciju darbu lasījumam nekā nosaukums. Iniciāļi ir diskrēta dienasgrāmata, nevis publiska ziņa.

līdzekļus ar glezniecības paņēmieniem. Darbu tehnika – augstspiedums, žanrs – abstrakcija. Mākslinieka darbu Balvu Novada muzeja krājumā pagaidām nav, un gleznas būs būtisks papildinājums krājuma mākslas kolekcijai. Muzeja viens no mērķiem, uzsver vadītāja, ir nokompletēt un saglabāt kultūrvēsturiski vērtīgu un plašu muzeja krājumu, lai palīdzētu apmeklētājiem radīt interesi par Ziemeļlatgali kā īpašu kultūrtelpu.

Peldbaseins atvērts, cenas augstākas

Ar 17.augustu darbu atsācis Balvu Sporta skolas peldbaseins.

Tāpat kā līdz šim, tas strādās visu nedēļu, izņemot pirmdienas, un ieejas laiks apmeklētājiem līdz pulksten 20.30. Taču ar 1. septembri ir mainījies cenrādis. Pieaugušajiem

stundas apmeklējums maksā 7 eiro, bet darbdienu laikā no pulksten 9 līdz 16, kamēr nedarbojas sauna – 5, 50. Savukārt skolēniem apmeklējums izmaksā 4 eiro, bet bērniem līdz triju gadu vecumam – bez maksas. Pensionāriem, studentiem un cilvēkiem ar īpašām vajadzībām, uzrādot apliecību, peldbaseins būs par 4,50 eiro. Jauninājums tāds, ka 50%

Re, kā!

Viens liels piedzīvojums!



Foto - M.Sprudzāne

Būs jauns piedzīvojums. Emerita Brenčeva, uzzinājusi konkursa rezultātus, jūtas priecīga un pat šokēta. “Man tas būs jauns piedzīvojums, ko ļoti gaidu. Pucēsimies un fotografēsimies septembra pirmajā pusē,” atklāja Emerita.

Sabiedriski aktīvā seniore Emerita Brenčeva izpelnījusies ievēribu un saņēmusi negaidītu pārsteigumu, kas viņu ļoti iepriecinājis. Viņa kļuvusi par konkursa uzvarētāju un gatavojas drīzumā doties uz pārvērtībām, lai iejustos modeles lomā.

Sarunā laikrakstam Emerita atklāja, ka pirms kāda laika sociālajos tīklos pamanījusi informāciju ar aicinājumu atsaukties seniorus “60 plus”, kuri būtu gatavi piedalīties fotoizstādes veidošanā ar nosaukumu “Vecums? Nē! Tikai skaitlis.” Uzdevums bija pavisam vienkāršs. Potenciālajiem kandidātiem bija jāpastāsta par sevi, savu nodarbošanos, hobijiem, cik jauni jūtas, kā saglabā savu veselību, izskatu un tamlīdzīgi. Emerita Brenčeva to izdarīja ar lielu prieku, jo viņai ir daudz stāstāmā par saviem hobijiem un dzīves laikā savākto lielo foto kolekciju, par to, ka joprojām dzīvo ‘uz kofieriem’, jo nemitīgi ceļo maršrutos – Tilža-Balvi-Rīga-Nītaure, darbojas ar mazbērniem un 2022. gada ziemā bija noslēpējusi 860 kilometrus. Konkursam bija jānosūta arī viena fotogrāfija.

Vēstuļu iesūtīšanas termiņš bija 20. augusts un līdz 15. datumam bija pieteikušies vairāk nekā tūkstoši dalībnieku. Liels bija Emeritas pārsteigums, ieraugot starp divpadsmit izvēlētajiem dalībniekiem arī savu vārdu. “Protams, esmu ļoti priecīga. Septembrī Rīgā ar mums darbosies speciālisti, pārvēršot mūs par modeļiem. Pēc tam fotografēs un veidos senioru foto izstādi,” atklāja Emerita.

Savus skaistos foto šie dalībnieki, protams, saņems arī personīgajā īpašumā. Zināms, ka katram no divpadsmit dalībniekiem konkrētā kosmētikas firma dāvēs dāvanu karti 500 eiro vērtībā. Tikpat vērtas dāvanas dalībnieki saņems arī no optikas uzņēmuma.

Īsumā

Tradicionālie Pļaujas svētki kaimiņnovadā

Arī šogad septembris nav iedomājams bez tradicionālajiem Pļaujas svētkiem Ottes muižā Alūksnes novadā. 9. septembrī tur varēs satikt arī Balvu novada ļaudis, kuri būs gan skatītāji, gan dalībnieki. No Šķilbēnu pagasta Pļaujas svētkos piedalīsies Annele Slišāne – tekstilmāksliniece, audēja, rokdarbniece, rakstniece un skolotāja. Viņa svētku apmeklētājiem demonstrēs aušanu no lina pakulu auklas. Savukārt Medņevas etnogrāfiskais ansamblis gan muzicēs, gan skābēs kāpostus.

Šogad aprit 37 gadi kopš pirmajiem svētkiem. Tas ir nopietns atskaites posms viena pasākuma pastāvēšanā, ņemot vērā, cik latvietim svēta ir zeme un rūpes par to.

atlaide paredzēta, uzrādot Latvijas Goda ģimenes apliecību, – pieaugušajiem būs jāmaksā 3,50 eiro, bērniem – 2 eiro. Cena mainās arī sāls istabas apmeklējumam, – pieaugušajiem par šo seansu jāmaksā 5 eiro, bērniem līdz 18 gadiem – 3 eiro. Sarunā laikrakstam baseina darbiniece pastāstīja, ka apmeklētāji nāk, izmanto peldbaseina pakalpojumus, jo arī jūtama rudenīga noskaņa, un arī jaunus cenrāžus uzņem saprotoši. Cenas paaugstinās visur!

Lappusi sagatavoja M.Sprudzāne

Ložu šaušana

Noslēgušās Balvu novada atklātās sacensības

Pagājušās nedēļas nogalē Viļakas Valsts ģimnāzijas 2.kategorijas šautuvē notika Ziemeļlatgales Sporta centra organizētās Balvu novada atklātās sacensības ložu šaušanā, kurās piedalījās gan sportisti no Balvu novada, tajā skaitā Viļakas, gan arī no kaimiņvalsts Igaunijas un Rīgā dzīvojošie.

Disciplīnā "Pneimatiskā šautene, 40 šāvieni sievietēm" ar sacensībās parādīto augstvērtīgāko rezultātu 1.vietu izcīnīja Gunita Šakina, 2.vietu – Samanta Jugane, 3.vietu – Viktorija Agnese Vancāne.

Disciplīnā "Pneimatiskā šautene, 40 šāvieni vīriešiem" uz goda pjedestāla augstākā pakāpiena kāpa Arguts Pužuls, 2.vietu ieguva Džeisons Kokarevičs, bet 3.vietā ierindojās Romualds Rēvalds.

Disciplīnā "Mazkalibra pistoles, 30 šāvieni vīriešiem" nepārspēts palika un 1.vietu izcīnīja Jānis Pužulis, 2.vietu – ložu šāvējs Indrek Varva no Igaunijas, 3.vietu – Romualds Rēvalds.

Disciplīnā "Mazkalibra pistoles, sievietes" zelta medaļas vērtu 1.vietu ieguva Gunita Šakina, vietu uz goda pjedestāla otrā augstākā pakāpiena izcīnīja Samanta Jugane, bet bronzas medaļu un 3.vietu izcīnīja Viktorija Agnese Vancāne.

Disciplīnā "Mazkalibra šautene, 30 šāvieni sievietēm" 1.vietu izcīnīja Viktorija Agnese Vancāne, 2.vietu – Gunita Šakina, 3.vietu – Samanta Jugane.

Disciplīnā "Mazkalibra šautene, vīrieši" labāko rezultātu parādīja un 1.vietu ieguva Dainis Babāns, 2.vietu – Džeisons Kokarevičs, 3.vietu – Arguts Pužuls.

Disciplīnā "Pneimatiskā pistole, 40 šāvieni vīriešiem" 1.vietu izcīnīja Arguts Pužuls, 2.vietu – Indrek Varva, 3.vietu – Dainis Babāns.

Disciplīnā "Pneimatiskā pistole, 40 šāvieni sievietēm" uzvarēja Viktorija Agnese Vancāne, 2.vietu – Gunita Šakina, 3.vietu – Samanta Jugane.

Visbeidzot, disciplīnā "Pneimatiskā šautene, zēni" piedalījās un panākumu izcīnīja Salvis Saīda.



Ar medaļām. Attēlos redzama daļa no ložu šaušanas sacensību dalībniekiem. Tikmēr sacensību galvenais tiesnesis Ēvalds Vancāns (augšējā attēlā – pirmajā rindā pirmais no kreisās puses) laukrakstam "Vaduguns" pastāstīja, ka kopumā sacensības aizritēja veiksmīgi: "Ņemot vērā šautenes ietilpību, bija arī tieši optimālais sacensību dalībnieku skaits. Nākamās sacensības Viļakā plānotas oktobra beigās, kad paredzēts rīkot Bronislava Bondara piemiņas balvas izcīņu ložu šaušanā."

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Futbols

Noskaidros galējo vietu sadalījumu



Jau rakstijām, ka noslēgušies Latvijas Futbola federācijas "Dali Dali 3.līgas" regulārā sezona, kurā cīnījās arī Balvu futbola komanda. Tagad čempionāts turpināsies, lai noskaidrotu galējo vietu sadalījumu, un ir zināmi pirmo maču norises datumi.

Mūsējie futbolisti startē Austrumu sezonā, pēc pamatturnīra astoņu komandu konkurencē ieņemot 7.vietu. Balvenieši septiņās spēlēs izcīnīja divas uzvaras un cieta piecus zaudējumus, regulāro turnīru noslēdzot ar sešiem izcīnītiem punktiem un negatīvu gūto/zaudēto vārtu attiecību (-27) -

desmit bumbas iesistas pretinieku vārtos, bet 37 reizes tās meklētas savos sargātajos vārtos.

Tagad, kad regulārajam turnīram dota finālsvilpe, Austrumu zonas komandas sadalītas divās grupās (katrā pa četrām). Grupā "A" par uzvarām cīnīsies četras labākās komandas, kuras regulāro sezonu noslēdza 1. līdz 4.vietā – attiecīgi FK "Līvāni", BFC "Daugavpils-2", "Preiļu BJSS" un FK "Krāslava". Savukārt grupā "B" notiks cīņa par 5. līdz 8.vietu, kurā spēlēs FK "Ludza", "Rēzeknes NSS/FK "Saules Puikas", "Balvi" un "Rēzekne - 2".

Balveniešiem tuvākais mačs paredzēts 9.septembrī pulksten

16 Maltas stadionā pret "Rēzeknes NSS/FK Saules Puikas". Pēc tam 23.septembrī pulksten 16 būs vēl viena izbraukuma cīņa pret "Rēzekne-2" futbolistiem uz "OC Rēzekne" mākslīgā laukuma. Savukārt 30.septembrī pulksten 14 ikviens līdzjutējs aicināts uz mājas maču Rugāju stadionā pret FK "Ludza". Jāpiebilst, ka visiem mačiem galvenā būtība ir sportiskais princips, jo neviena no komandām, piedzīvojot zaudējumus un ieņemot pēdējo vietu, no "Dali Dali 3.līgas" ārā nekritīs un tur varēs turpināt startēt arī nākamajā sezonā.

Atbalstīsim savējos!

"Latvijas Skolu kauss"

Kļūstiet par pasaules čempioniem!



Līdz ar jauno mācību gadu "Rimi Rīgas maratons" kopā ar Izglītības un zinātnes ministriju un Rīgas domi izsludinājis pieteikšanos rudens "Latvijas Skolu kausam", kas 1.oktobrī notiks vienlaikus ar pasaules čempionātu skriešanā Rīgā. Tas būs līdz šim nebijis jaunums, dodot iespēju arī skolēniem izskrieties līdzās visas pasaules skriešanas zvaigznēm, kļūt par pasaules čempioniem un iegūt pasaules čempionāta medaļas! Šajā sporta pasākumā aicināti piedalīties skolēni no visas Latvijas.

Vairot bērnos kustību prieku

Tradīcija skolām un skolēniem sacensties savā starpā tika iedibināta jau 2008.gadā, aicinot Rīgas skolēnus cīnīties par "Rīgas Skolu kausu". Savukārt kopš 2016.gada kausa izcīņā aicināti piedalīties skolēni ne tikai no Rīgas, bet arī visas Latvijas. "Ir svarīgi jau no skolas gadiem bērnos ielikt veselīga

dzīvesveida pamatus un kustību prieku, lai viņi arī pieaugušā vecumā turpinātu rūpēties par sevi un veidotos veselīga sabiedrība. Paldies katram aktīvajam un kustīgajam skolotājam, kurš rūpējas par mūsu jaunās paaudzes fizisko sagatavotību un rāda piemēru, kā un kāpēc ikdienā jākustas. Paldies arī skolotājiem no tālākajiem Latvijas novadiem, kuri organizē dalību "Latvijas Skolu kausā" un ļauj bērniem kustību prieku piedzīvot Latvijas lielākajos skriešanas svētkos. Novēlu skolēniem veiksmīgu un aktīvu jauno mācību gadu, kā arī panākumus "Latvijas Skolu kausā" pasaules čempionātā skriešanā 1.oktobrī Rīgā!" vēl izglītības un zinātnes ministre Anda Čakša.

Kā pieteikties?

Dalība pasaules čempionātā "Latvijas Skolu kausā", pateicoties Latvijas Sporta federāciju padomes atbalstam, skolēniem būs nodrošināta par simbolisku divu eiro samaksu.

Sacensību organizatori sagaida, ka skolēnu skaits "Latvijas Skolu kausā" varētu sasniegt divus tūkstošus, aicinot skolas nekavēties ar savas dalības pieteikšanu. Pieteikuma formu sacensībām var aizpildīt pasaules čempionāta oficiālajā mājaslapā www.riga23.com. Skolu komandu pieteikšanās noslēgsies 15.septembrī.

Sacensību organizatori atgādina, ka reģistrēties dalībai pasaules čempionātā Rīgā var ikviens veselīga dzīvesveida piekritējs, tā dēvētais tipinātais vai svētdienas skrējējs, kurš gatavs izaicināt sevi jebkurā no oficiālajām distancēm, kā arī 21 kilometru stafetē, lai tiktu pie unikālajām pirmā pasaules čempionāta skriešanā medaļām. Tāpat jāņem vērā, ka dalībnieku sportiskie rezultāti nav vienīgais kritērijs skolu kausa iegūšanai. Punktu "Latvijas Skolu kausā" skolas un skolotāji gūst arī, piemēram, ņemot vērā iesaistes apmēru sacensībās attiecībā pret kopējo skolēnu skaitu skolā un komandas finišējušo dalībnieku skaitu.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Tas tur un nelaiž vaļā

Desmit lielumos “Vaduguns” lasītājiem publicēsim nozīmīgu rakstu sēriju par tēmām, kas veicina sabiedrības saliedētību, paaugstinās sabiedrības izpratni un informētību, veicinās integrāciju, mazinās diskrimināciju un vairosim toleranci. Kā, dzīvojot depresīvā reģionā, palikt garā stipriem, cīnīties ar likteņa pārbaudījumiem? Kādi bijuši lielākie izaicinājumi, ieguvumi un mācības?

Pietiek vien ar aizdomām par nopietnu slimību, lai rastos daudz stresa, bet vēl lielāka neziņa un bezcerība pārņem, kad ārstu konsīlijs pasludina, – jūs sirgstat ar retu saslimšanu. Kā pārvarēt pirmo izmisumu, dzīvot un sadzīvot ar šādu diagnozi?

“Mediju atbalsta fonda ieguldījums no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem”

MAF
Mediju atbalsta fonds

Pieredzes stāsts

Neļauj bailēm ņemt virsroku

Kaut arī šī nav viena no viņas labajām dienām, VINETA TANNE savās mājās Lēdmanē mūs sagaida ar gaišu smaidu un laipnu piedāvājumu pēc garā ceļa iemalkot kafiju. Lai arī viņas kustības šķiet nedaudz gausākās nekā citiem, Vineta neatstāj smagi slimas sievietes iespaidu. Brīžiem pat grūti noticēt, ka katru savas dzīves dienu viņa pārvar grūtības, ko rada smaga iedzimta sirdskaite un tagad arī viena no reti sastopamajām slimībām – pulmonālā jeb plaušu arteriālā hipertensija, kam nesen pievienojies arī diabēts. Ivetas stāsts vēlreiz atgādina, ka jāizbauda katrs likteņa piešķirtais mirklis, neļaujot bailēm ierobežot vēlmi dzīvot pilnvērtīgi.

Prognozēja, ka nodzīvos trīs mēnešus

Retā slimība – pulmonālā arteriālā hipertensija – Vinetai izveidojās kā sekas iedzimtajai sirdskaitei, ko viņai konstatēja piedzimstot. Kad mazulīte pārvarēja ārstu prognozēto trīs mēnešu dzīvildzes sliekšni, viņi pieļāva, ka labākajā gadījumā meitene sagaidīs savu trešo dzimšanas dienu, bet tas arī viss... Spītējot mediķu prognozēm, Vineta izrādījās cīnītāja. Sasniegusi 10 gadu vecumu, viņa tomēr nonāca kritiskā stāvoklī, ko izdevās pārvarēt, pateicoties Paula Stradiņa klīniskajā universitātes slimnīcā veiktajai sirds asinsvadu operācijai, kas uzlaboja asinsapgādi, tomēr nelikvidēja galveno sirds defektu. “Savukārt padsmiņnieces vecumā vairs negribēju operēties. Tā tas defekts sirdī palika,” paskaidro Vineta, piebilstot, ka joprojām nav pārliecināta, vai toreizējais lēmums bija pareizs: “Kas to zina – varbūt pēc operācijas būtu bijis labāk, bet varbūt nē.” Lai vai kā, Vineta turpināja izbaudīt katru likteņa piešķirto dienu – mācījās skolā, satikās ar draugiem, gāja uz ballēm, piedzīvoja pirmo mīlestību, ceļoja. Sasniegusi 63 gadu vecumu, viņa spriež, ka līdzšinējais mūžs bijis notikumiem un emocijām piepildīts – strādāti milami darbi, piedzīvotas divas laulības, apceļotas tuvākas un tālākas valstis. Turklāt veselības problēmas liktenis dažkārt kompensējis ar citām lielākām vai mazākām veiksēm. Piemēram, darba piedāvājumi daudzreiz nākuši paši no sevis, bez lielas piepūles. Jaunībā enerģijas viņai bijis daudz, un, kaut arī savulaik, dzīvojot Rīgā, vīrs piedāvāja sēdēt mājās, Vineta atrada darbu Latvijas Valsts vēstures arhīvā par fondu glabātāju. Viņa ir strādājusi par audzinātāju ģimenes kopmītnē, vēlāk par kopmītnes vadītāju, arī vietējā bibliotēkā un citur: “Kaut kā visi darba piedāvājumi nāca paši, nebija laika pat padomāt.” Vēlāk, iesaistījies vietējās vēlēšanu komisijas darbā, ar laiku viņa kļuva par komisijas priekšsēdētāju. “Mani ievēroja toreizējais Ogres izpildkomitejas priekšsēdētājs Kalniņš un piedāvāja strādāt izpildkomitejā par dzīvokļu inspektori,” atmiņās dalās Iveta. Pēc kāda laika, piekritusi aizvietot nesen no darba aizgājušo toreizējās domes priekšsēdētājas sekretāri, Vineta to turpināja darīt 26 turpmākos savas dzīves gadus līdz pat plaušu arteriālās hipertensijas diagnozes uzstādīšanai 2015. gadā.

Plaušas kā tuberkulozes slimnieci

Pirms dažiem gadiem Vinetas kardioloģei pirmo reizi radās aizdomas par reto slimību, tādēļ viņa nosūtīja pacienti veikt ehokardiogrammu uz P.Stradiņa klīnisko universitātes slimnīcu. Tur dakteris Pēteris Stradiņš kopā ar kolēģiem, apstiprinājuši verdiktu – pulmonālā arteriālā hipertensija, nosūtīja Vinetu turpmākai ārstēšanai pie kardiologa – konkrētās retās slimības speciālista, reto slimību centra vadītāja, kardiologa, Rīgas



Foto - A.Kirsanovs

Skaistums palīdz. Māju, kurā dzīvo Vineta, ieskauj brīnišķīgs dārzs. Tajā vienmēr ir, ko darīt. Dažas hortenzijas, rozes un citi ziedi vēl Vinetas vīramātes stādīti. Agrāk viņai patikušas arī dālijas, taču to izrakšana un stādīšana prasījusi pārāk daudz spēka, tāpēc no šīm puķēm nācies atteikties. Bagātīga raža šogad arī siltumnīcās, un Vineta jau ķērusies pie tomātu sulas konservēšanas, gurķu marinēšanas, lečo gatavošanas un biešu marinēšanas. Neraugoties uz mainīgu pašsajūtu, Vineta diezgan labprāt stāv pie plīts, iepriecinot vīru un ciemiņus ar gardiem ēdieniem.

Stradiņa universitātes asociētā profesora Andra Skrides. Vineta apgalvo, ka jaunā diagnoze viņu nemaz tik ļoti nešokēja, jo jau bija pieradusi pie dažādiem likteņa sitieniem un ikdienas cīņas ar slimību: “Nodomāju, – kā ir, tā jādzīvo.” Viņa neslēpj, ka diagnozes uzstādīšana prasījusi kādu laiku, jo sākusi sliktāk justies jau krietnu laiku pirms tam. Arī iepriekšējie plaušu rentģeni uzrādījuši baisas ainas, kas līdzinājušās tuberkulozei pēdējā stadijā. Tomēr istā diagnoze tā arī paslīdzēja garām nepamanīta. Tikai daktera Skrides uzraudzībā sākās nopietna ārstēšana. “Dakteris Skride man veica sirds zondēšanu un nozīmēja zāles. Tā viņš mani tik ilgi ir uzturējis pie dzīvības,” teic savam ārstam pateicīgā paciente. Arī ar to

Vinetas veselības problēmu saraksts nebeidzās, jo 2019.gadā to papildināja cukura diabēts, bet iepriekšējām ārstnieciskajām procedūrām pievienojās ikdienas insulīna devu ievadīšana.

Sirdskaiti vairs neņēma galvā

Gadu gaitā Vineta bija iemācījusies sadzīvot ar savu sirdskaiti, to vairs īpaši neņemot galvā, jo gribēja baudīt parasto dzīvi tāpat kā citi. Kaut arī slimība sagādāja zināmus ierobežojumus, piemēram, grūtības, kāpjot pa trepēm, aizliegumu nodarboties ar sportu un citus, Vineta centās nejaucies bailēm. Līdz ar jaunās diagnozes uzstādīšanu viņai nākas dzert vēl vairāk zāļu, bet grūtākās dienās, sevišķi mitrā vai karstā laikā, lietot skābekļa koncentratoru, kas atvieglo elpošanu. Pazeminātajam skābekļa saturam asinīs viņas organisms ir pielāgojies: “Ja citiem, skābekļa saturācijai samazinoties zem 92, jāsauc ātrie, tad man visu laiku būtu jāguļ slimnīcā, jo man normālā stāvoklī skābekļa saturs ir

87. Tā arī dzīvoju.” Neraugoties uz visām grūtībām, Vineta dara gandrīz visu, ko citi, tikai lēnāk, ar apdomu: “Kad ir duka, tad daru, kad nav – nedaru.” Viņa priecājas par vīra palīdzību, kurš uzņemas lielu daļu ikdienas darbu, sevišķi smagākos, piemēram, zāliena pļaušanu. Viņš cenšas iepriecināt sievu ar maziem, patīkamiem pārsteigumiem, īpaši dienās, kad viņa jūtas slikti. Piemēram, pārnācis no darba skolā, kur strādā par saimnieku, uzdāvina skaistu puķi. Vineta nespēj iedomāties dzīvi bez vīra atbalsta, jo īpaši tādēļ, ka viņš ir vienīgais un vistuvākais cilvēks.

Liktenis nebija lēmis

Šobrīd Vineta kopā ar vīru dzīvo viņa vecāku būvētajā mājā, ko apjož brīnišķīgs dārzs ar mazu, bet gleznainu ūdensrožu diķīti, sakņu dārzu, divām siltumnīcām, krāšņām puķu dobēm un augļu dārzu. Lai gan viņus nereti apciemo vīra meita no iepriekšējās laulības un mazmeitiņas, pašai savu bērnu Vinetai nav. Bet viņa mēģināja. “Knapi sasniegusi 18 gadu vecumu, dzīvojot ar pirmo vīru, paliku stāvoklī. Kad aizgāju uz polikliniku, dakteri, sasaukušī konsiliju, pateica, ka bērnu iznēsāt un dzemdēt nedrīkst. Kad man bija 20 gadi, otreiz, palikusi stāvoklī, nolēmu pie ārstiem vairs neiet, jo zināju, ko viņi teiks. Piecus mēnešus nekur negāju, bet tad sākās problēmas, un mani ar ātrajiem aizveda uz stradiņiem. Tur līdz septītajam grūtniecības mēnesim mani turēja gultas režīmā cerot, ka varbūt kaut kas izdosies. Bērniņš piedzima ar ķeizargriezienu, bet meitenītei konstatēja vēl lielāku sirdskaiti nekā man. Tikko piedzimusi, viņa nomira,” skaudro stāstu atklāj Vineta. Ar to viņas mēģinājumi tikt pie mantiniekiem beidzās.

Desmit tūkstoši – par trim paciņām

Kad retās slimības diagnoze bija uzstādīta, daktera Andra Skrides vadībā sākās cīņa par Vinetas dzīvildzes pagarināšanu.



“Ja citiem, skābekļa saturācijai samazinoties zem 92, jāsauc ātrie, tad man visu laiku būtu jāguļ slimnīcā, jo man normālā stāvoklī skābekļa saturs ir 87. Tā arī dzīvoju.”

Viņai ir nozīmīgi medikamenti, un daži no tiem ir ļoti dārgi. Viņa ir pateicīga, ka šobrīd tos apmaksā valsts: "Mūsu valstij esmu ļoti neizdevīgs iedzīvotājs, jo man nepieciešamas tik daudzas kompensējamās zāles. Ir vienas zāles, kuras izmaksā 10 tūkstošus eiro par trim kārbīņām, bet es maksāju tikai 73 centus."

Aptuveni divus gadus Vinetai tiek apmaksāta arī skābekļa terapija, jo pirms tam skābekļa balonu varēja iznomāt tikai par maksu. Medicīnai attīstoties, tiek izgudroti aizvien jauni medikamenti, ko ārstējošais ārsts izraksta savai pacientei. Morālo un informatīvo atbalstu Vineta gūst Pulmonālās hipertensijas biedrībā. Kaut arī ne vienmēr ir spējīga apmeklēt tās rīkotās aktivitātes, viņa labprāt piedalījās 4.augustā notikušajās biedrības 12 gadu jubilejas svinībās. Tomēr pārsvarā saziņa notiek telefoniski. Vineta ir ļoti pateicīga biedrības vadītāji Ievai Plūmei, kura nemīlīgi cīnās par šīs diagnozes slimnieku tiesībām, un nereti piezvana viņai, lai apjautātos, kā klājas.

Vineta neko nepārmet nedz pašreizējai valsts medicīnas sistēmai, nedz ārstiem: "Attiecībā uz sevi nevaru teikt nevienu sliktu vārdu. Vienmēr visur esmu pieņemta un uzklautāta." Šobrīd retās slimības paciente ir ļoti atkarīga no medikāliem, atzīstot, ka vairāk par plaušu hipertensiju viņu nomoka sirds aritmija. Katras lēkmes laikā viņai jānododas uz slimnīcu, kur kopējā narkozē, pielietojot elektrokardioversiju jeb elektrošoka metodi, sirdsdarbību atkal normalizē. Līdz šim šāda procedūra viņai veikta jau 19 reizes.

Būs lemts – nāve panāks jebkur

Spītējot nepieciešamībai pastāvīgi atrasties medikālu uzraudzībā, Vineta kopā ar vīru krustu šķērsu izbraukājusi Eiropu, ne tikai lidojot ar lidmašīnu, bet arī braucot ar autobusu, kurā jāguļ septiņas nakts. "Tagad es to vairs nevarēju, bet agrāk ļoti patika ceļot. Braucām līdz trīs reizēm gadā." Viņa atklāj kādu stāstu, kas apliecina, cik daudz atkarīgs no cilvēka attieksmes pret savu slimību: "Mana kardioloģe pastāstīja, ka vienam no viņas pacientiem ir tāda pati diagnoze kā man, bet viņš, atšķirībā no manis, tikai sēž mājās un no visa baidās." Turpretim Vinetai neviens no baisajām diagnozēm neatturēja no pasaules izzināšanas un dzīves baudīšanas: "Ja tur, augšā, ir nolemts, kad tev pienāks gals, tad nav svarīgi, vai tu sēdi istabā, vai kaut kur brauc. Tas vienlīdz pienāks." No turpmākas

ceļošanas viņu neatturēja pat nokļūšana ārņemju medicīnas iestādēs: "Vienreiz slimnīcā nonācu, esot Ēģiptē. Otrreiz aritmijas lēkme piemeklēja Horvātijā." Tomēr gluži visu, ko ceļojumā darija pārējie, viņa nevarēja atļauties, piemēram, Tenerifē uzbraukt kalna virsotnē, jo tur ir retināts gaiss.

Vinetai šķiet, ka augšā viņu kāds sargā: "Kopā ar draudzeni, esot Romā, ļoti gribēju uzkāpt katedrālē, kur bija jāpārvar vairāk nekā 360 pakāpieni. Draudzene ieteica nemēģināt. Taču nolēmusi, ka Romā esmu vienreiz dzīvē, to izdarīju. Lai gan esmu kristīta un iesvētīta, nevaru teikt, ka esmu fanātiska ticīgā, bet tajā mirklī jutu, ka kāds no mugurpuses mani stumj. Turklāt, kāpjot uz augšu un ejai sašaurinoties, nevari apstāties un palaist citus garām. Es uzkāpu un pat nebiju pārgurusi," neparasto gadījumu atklāj Vineta, pēc brīža pastāstot vēl vienu: "Pieņemšanā pie pāvesta Vatikānā, kur cieņojos kopā ar bērnu kori, draudzene fotografēja ar dārgu fotoaparātu, bet es – ar savu ziepjutraiķi. Man perfekti izdevās visas fotogrāfijas, bet viņai – neviens. Jociņi, vai ne?!"

Bez liekām raizēm Vineta pārdzīvoja arī kovida pandēmijas gadus. Viņa saņēma ārstu noteiktās vakcīnas, bet īpaši nedrebēja bailēs saslimt ar neganto vīrusu. Lai gan valkāja masku un ievēroja citus valstī noteiktos ierobežojumus, tāpat nereti apciemoja draugus un paziņas. Vienreiz gan, nonākot slimnīcā ar kārtējām sirds problēmām, kovida tests izrādījās pozitīvs, kaut gan bez jēlkādiem slimības simptomiem. Pēc sirdsdarbības normalizēšanas Vineta nogādāja Austrumu slimnīcas kovida nodaļā, kur, nogulējusi vairākas dienas, viņa atteicās no turpmākās ārstēšanas un ar slimnīcas transportu tika nogādāta mājās.

Varbūt būtu labāk nepamosties?

Visiem zināms, ka pozitīvas emocijas uzlabo veselību, turpretim negatīvas – kaitē. Daudz mīļuma pilnu brīžu Vinetai sagādā viņas mājdzīvnieki – rudais runcis Brencis un 17-gadīgais suns Robis. Taču vienmēr jāreķinās, ka viņu aiziešana var izraisīt

pamatīgas veselības problēmas. Tā notika pavisam nesen, pirms dažām nedēļām, kad pēkšņi aizsaulē devās ģimenes mīlule – 16-gadīga Džeka Rasela šķirnes kucīte Bembija. "It kā ar prātu saprotu, – vecs sunītis, tā tam jānotiek, bet naktī pēc viņas nāves man uznāca lēkme. No rīta braucām uz slimnīcu, – šoreiz, lai sakārtotu manu veselību. Teicu, – ja pārdzīvošu mājdzīvniekus, nevienu vairs vietā neņemšu," apgalvo četrkājinio mājas miluļai saimniece.

Vinetai slimības ierobežo arī vaļasprieku izvēli. Viņa nedrīkst pat adīt, jo tas ietekmē sirdsdarbību: "Mācoties 4.klasē, adīšanas

nodarbības laikā mani no klases pa taisno aizveda uz slimnīcu," atceras sieviete. Agrāk Vinetai patika likt puzzles. Taču pēdējā laikā, kļūstot gausākai, pēc visu mājas darbu paveikšanas tam neatliek laika. Tagad Vineta izvairās arī no lielu kultūras pasākumu apmeklēšanas, lai kā arī to gribētos:

"Tajos gandrīz visos skan skaļa, ritmiska mūzika, un šī vibrācija izsīt manu sirdi no vietas." Agrāk viņa izmantoja katru izdevību kopā ar vīru uzdancot ballē vai piedalīties darba pasākumos. Tagad tam visam pielikts punkts. Pēc dabas būdama sabiedriska, visu mūžu strādājusi ar cilvēkiem, Vineta reizēm skumst pēc tiem laikiem. Tādēļ šobrīd ar vislielāko prieku savās mājās uzņem draudzenes, kuru viņai netrūkst.

Ne vienmēr Vineta ir optimistiski noskaņota, reizēm uzmācas arī drūmas domas: "Dažkārt, kad jūtos pavisam slikti, nedomāju, – cik labi būtu, ja kardioversijas laikā varētu nepamosties no narkozes. Man tas būtu labākais risinājums." Šādiem brīžiem viņa tiek pāri pašas spēkiem, neapgrūtinot citus. Pat runājot par tik skumju tēmu, Vineta nebaidās pajokot, izstāstot kādu stāstu: "Tēva vecāsmātes, kura nodzīvoja 103 gadus, meita, būdama diezgan slinka, negribēja ravēt dārzus, bet tas bija jādara. Kādu laiku paravējusi, viņa teica: "Nē, grūti. Jāiet 'mirīt' nost." Tad, apgūlusies gultā, lūdzās: "Nāvīt! Nu kur tu esi? Kāpēc nenāc?" Nedaudz pagulējusi un sapratusi, ka nāve nenāks, gājusi atpakaļ ravēt..."

Pulmonālā hipertensija

Pulmonālā hipertensija (PH) ir sindroms, kuru raksturo asinsspiediena paaugstināšanās plaušu artērijās – asinsvados, kas nogādā venozās asinis no sirds labā kambara uz plaušām. Jo augstāks spiediens ir plaušu artērijās, jo smagāk jāstrādā sirdij, lai piegādātu asinis ķermenim. Tiek traucēta organisma apgāde ar skābekli un sašaurinās plaušu asinsvadi, kas var radīt trombozes risku. PH var skart cilvēkus jebkurā vecumā – gan pieaugušos, gan bērnus. **Pulmonālā arteriālā hipertensija (PAH)** – visretāk sastopamā un viena no ātrāk progresējošajām PH formām. Mirstība slimniekiem ar PAH var sasniegt augstākus rādītājus nekā mirstība ar atsevišķām vēža formām, ieskaitot krūts un kolorektālo vēzi. Slimības simptomi ir nespecifiski un sākotnēji to bieži jauca ar citām sirds, plaušu vai hematoloģiskām saslimšanām. Biežākie simptomi ir elpas trūkums, hronisks nogurums, sāpes krūtīs, sirdsklauves, ģibņi, lūpu cianoze (zilgana nokrāsa).

(Latvijas Reto slimību speciālistu asociācija)

Retās slimības

Retās slimības ir dzīvību apdraudošas, hroniski novājinājošas, reti sastopamas un ar augstu sarežģītības pakāpi. Pasaulē ir zināmas 6000 – 8000 reto slimību diagnozes, un tās skar aptuveni 6 – 8% iedzīvotāju. 80% no tām ir ģenētiski izraisītas saslimšanas, un 50% gadījumu tās skar bērnus. Daļa slimību nav dzīvībai bīstamas, daļu slimību simptomus iespējams novērst, lietojot medikamentus, taču lielāko daļu no tām izārstēt nevar, bet ar atbilstošu ārstēšanu un medicīnisku aprūpi var uzlabot pacientu stāvokli. Neskatoties uz to, ka saslimšanas ir reti sastopamas, saskaņā ar aprēķiniem Latvijā aptuveni 67-113 tūkstošus iedzīvotāju kādā viņu dzīves posmā skar kāda reta saslimšana.

(Latvijas Reto slimību alianse)

Komentārs

Apvienojās, lai ietekmētu lēmējvaru

Pulmonālās hipertensijas biedrība, kas dibināta 2011.gadā, šobrīd apvieno 51 cilvēku ar retu slimību – plaušu hipertensiju, kā arī šo cilvēku tuviniekus un speciālistus. Biedrību dibinājām, jo pirms 12 gadiem šiem pacientiem bija apgrūtināta pieejamība zālēm un ārstēšanai. Saprātām, ka ir jāapvienojas, lai ietekmētu lēmumu pieņēmējus un cīnītos savas veselības labā. Šo gadu laikā esam panākuši, ka mūsu diagnozes zāles ir iekļautas valsts kompensējamo zāļu sarakstā un ļoti specifiski, dārgi preparāti ir iekļauti Reto slimību zāļu programmā.

Agrāk valsts neapmaksāja skābekļa koncentratorus tiem, kam nepieciešams. Ar fonda "Ziedot.lv" atbalstu esam iepirkuši vairākus skābekļa aparātus, ko izsniedzām uz mājām pacientiem, kam ārsti bija noteikuši šo papildu terapiju. Sadarbojamies ar Labklājības ministriju un Vaivaru Tehnisko palīgīdzekļu centru, lai skābekļa koncentratorus iekļautu valsts apmaksāto tehnisko palīgīdzekļu sarakstā. Kopš pandēmijas, kad skābekļa aparāti bija ļoti pieprasīti, valsts izpildvara un lēmumu pieņēmēji saprata, ka tie ir nepieciešami. Mēs, kas par to atgādinājām jau vairākus gadus, beidzot tikām sadzirdēti, un jau divus ar pusi gadus sirds un plaušu pacientus, kuriem tas nepieciešams, valsts nodrošina ar skābekļa koncentratoriem. Tos izsniedz Vaivaru Tehnisko palīgīdzekļu centrs.

Biedrība aktīvi nodarbojas ar pacientu un sabiedrības izglītošanu, izdodam bukletus par slimību, tās diagnostiku, vingrojumiem cilvēkiem ar plaušu hipertensiju, skaidrojam, ko

nozīmē šī diagnoze. Esam izveidojuši rokasgrāmatu reto slimību pacientiem. Tikko laidām klajā materiālu par to, kā top jaunas zāles un kas ir klīniskie pētījumi. Savu darbību nodrošinām ar projektu un grantu atbalstu. Rīkojam veselības profilakses pasākumus. Ik gadu maijā organizējam Pasaules pulmonālās hipertensijas dienu, kurā notiek dažādas izglītojošas aktivitātes. Šogad sarīkojam izbraukumu uz Ragakāpas dabas parku, kur notika tikšanās ar kardiologu, psihoterapeitu un rakstnieku. Staigājām priežu ielokā, vingrojām un runājām par sirds veselību.

Šobrīd mūsu mērķis ir panākt, lai valstī notiek kompleksa, multifunkcionāla plaušu hipertensijas pacientu aprūpe dinamiskā ārstu un speciālistu sadarbībā. Tas pacientiem būtu nozīmīgi. Vēlamies, lai valstī būtu fizioterapijas programma plaušu hipertensijas pacientiem. Latvijā pētniecības līmenī šāda programma jau ir izstrādāta un pierādīta kā efektīva.

Esmu arī Latvijas Reto slimību alianse valdes locekle un pirmā šīs organizācijas valdes priekšsēdētāja. Reto slimību alianse dibināta 2014.gadā un šobrīd apvieno 15 organizācijas. Statistikas aplēses liecina, ka Latvijā ar retām slimībām slimo no 90 līdz 130 tūkstošiem cilvēku, tanī skaitā bērni, jo 70% gadījumu retās slimības ir ģenētiskas. Pārstāvam šo diezgan lielo mērķagrupu. Nodarbojamies ar informatīvi izglītojošām lietām, piemēram, ik gadu februāra pēdējā dienā rīkojam Reto slimību dienu. Nozīmīga organizācijas funkcija ir cilvēku ar retām slimībām un viņu ģimeņu pārstāvniecība, jo reta slimība ietekmē cilvēkus arī sociāli un ekonomiski.



IEVA PLŪME, Pulmonālās hipertensijas biedrības vadītāja, Latvijas Reto slimību alianse valdes locekle

Sagatavoja A.Socka

* Par publikāciju "NeSalauztā sirdslīnija" saturu atbild SIA "Balvu Vaduguns".

* Turpinājums 14.lpp.

1. septembris – Zinību diena

Kopā ar bērniem iet rotaļās un vingro

Aija Socka

Jaunais mācību gads sākas ar Zinību dienu – svētkiem, kas ir īpaši ikvienam, kurš kādreiz ir apmeklējis vai arī šobrīd mācās, strādā kādā no mācību iestādēm. Īpašs šis 1. septembris ir arī Bērzkalnes bērnudārza skolotājai AGNESEI UGAREI.

Bērzkalnes pirmsskolas izglītības iestāde (PII) ir Jūsu pirmā darbavieta? Kā jūtaties darbā?

– Mana pirmā darba vieta bija PII “Pīlādztis”. Šajā bērnudārzā es guvu savu pirmo pedagoģisko pieredzi. Liels paldies gan vadītājam, gan metodiķei, kuras mani, kad biju pavisam “jauna” šajā jomā, ievadīja atbildīgajā pedagoģijas pasaulē.

Bērzkalnes pirmsskolas izglītības iestādē jutos, var teikt, kā mājās. Draudzīgs un pretimnākošs kolektīvs ir viena no svarīgākajām lietām, ko es meklēju. Ļoti vēlējos strādāt mazā bērnudārzā. Savu pirmsskolas vecumu pavadīju PII “Ieviņa” un man no šīs vietas ir tikai pašas labākās un siltākās atmiņas. Bērzkalnes bērnudārzā mācos un pilnveidojos ik dienu. Uzsākot darbu, biju sabijusies, jo jauna vieta un kolēģi, taču mani pieņēma ar siltu smaidu. Nekad neesmu jutusies nesaprasta vai neuzklausa. Strādājot ar mazāku skaitu bērnu, spēju vairāk pievērsties katram bērnam individuāli, izprast viņa stiprās un vājās puses, būt emocionāli klātesoša, kā arī varu katram veltīt laiku. Ikviens bērns mūsu bērnudārzā ir ļoti gaidīts.

Šobrīd studējat Latvijas Universitātes (LU) Alūksnes filiālē. Kur pirms tam esat mācījusies? Kādi bija Jūsu skolas gadi?

– Savus pamatskolas gadus pavadīju zināšanām piepildītā vidē – Stacijas pamatskolā. Mācoties devītajā klasē, jau zināju, ka turpināšu mācības Rīgas Valsts tehnikuma Balvu filiālē. Domāju, ka tā ir lieliska iespēja mācīties komercdarbību tepat, tuvu mājām. Mācoties tehnikumā, diezgan ātri sapratu, ka komercdarbība īsti nav tas, ko vēlētos darīt turpmāk. Skolas gadi bija emocionāli piepildīti, sastapu jaukus kursabiedrus, no kuriem dažus varu saukt par draugiem. Skolu pabeidzu ar labām sekmēm. LU Alūksnes filiālē iestājos, jo vēlējos studēt augstskolā, arī šai izglītības iestādei ir izdevīga lokācija – atrodas netālu no mājām. Studējot drīz vien sapratu, ka esmu izvēlējusies isto mācību iestādi.

Kā izlēmāt, ka vēlaties būt skolotāja, turklāt strādāt tieši ar pirmsskolas vecuma bērniem?

– Nezināju, ka vēlos būt skolotāja līdz brīdim, kad sāku studēt un strādāt pirmsskolā. Man vienmēr gribējās “dzīvu darbu”, un pirmsskola tādu sniedz. Darbošanās kopā ar bērniem ir patīkami vienmēr. Kad biju jaunāka, bieži pieskatīju paziņu bērnus. Daudzi teica, ka pedagoģija ir mana istā vieta, taču es ilgi šaubījos. Šķita, ja strādāšu pirmsskolā, tad problēmas sagādās tik daudz un dažādu bērnu ieinteresēšana. Taču augstskola un mana pirmā darba pieredze bērnudārzā mudināja domāt citādi. Kādēļ pirmsskola? Manuprāt, tas ir pats svarīgākais bērnības posms. Šajā vecumā bērni iepazīst pasauli, ir zinātkāri un ļoti dzīvespriecīgi. Svarīgi ir saglabāt bērnus vēlmi mācīties turpmāk, ko var izdarīt pirmsskolas skolotājs.

Kā ir strādāt ar bērniem, vai pietiek enerģijas turēt līdzī viņiem?

– Strādāt ar bērniem ir aizraujoši, katra darba diena nes ko jaunu. Esmu aktīva, man patīk kopā ar bērniem iet rotaļās, sportot un vingrot. Ir svarīgi būt klātesošanai. Bērni paņem daudz enerģijas, bet katrs smaida vai paldies, ko viņi dod pretī, pozitīvi uzlādē. Reizēm dienas beigās enerģija ir izsīkusī, tad sāku analizēt, kas sanāca labi, kas – ne tik labi. Ar laiku enerģija atgriežas, gribas plānot un domāt, ko darīt tālāk vai citādāk.

Kāda ir darba ikdiena, vai atbilst tam, kā bijāt iedomājusies darbu ar bērniem un kā augstskolā māca?

– Pirms devos strādāt, zināju, ka tas noteikti ir ļoti interesants darbs. Pedagogam var būt plāns dienai, taču, pienākot rītam un satiekot bērnus, dienas plāns var mainīties par 180 grādiem, jābūt elastīgam. Darbs noteikti nav “sēdošs”. Augstskolā mums māca, ka “jāķer” bērnu tā brīža intereses un jāsaista ar

attiecīgajām mācību jomām, sasniedzamajiem rezultātiem, tā, lai tas būtu viņiem saistošs. Tā arī daru ikdienas darbā. Kāpēc gan mācīties skaitīt nevarētu kopā ar kādu tēlu vai multfilmas varoni? Protams, var!

Kopā ar bērniem ne tikai mācāties, bet arī griežat, līmējat, veidojat... Kādi rokdarbi padodas labāk Jums un kādi – bērniem?

– Bērniem padodas un patīk gleznot un krāsot ar ūdenskrāsām, ar guašu. Patīk darboties ar plastilīnu, veidot telpiskus objektus. Man pašai ļoti patīk veidot dažādus rotājumus un noformējumus, ienest jaunu noskaņu telpā. Darbošanās ar dabā pieejamiem materiāliem ir mana sirdslieta. Latvijas daba ir ļoti bagāta un skaista. Gandrīz to visu mēs varam izmantot, mācoties un radoši darbojoties.

Ar ko pārsteigsiet vai iepriecināsiet savus audzēkņus 1. septembrī?

– Mūsu iestādē uz 1. septembri būs 23 audzēkņi, esam viena jauktā pirmsskolas grupa. Iestādi apmeklē bērni vecumā no 1,5 līdz 7 gadiem. 1. septembris ir liels notikums mums visiem – gan man, kā jaunajai skolotājai, gan daļai bērnu, kas tikko augustā pirmo reizi ir uzsākuši savas bērnudārza gaitas un pamazām sāk iepazīt visu jauno. Zinību dienu pavadīsim visi kopā ar kādu īpašu viesi – Pepiju Garzeķi. Dziedāsim, dejosim, iesim rotaļās un baudīsim veselīgus našķus. Vēlāk veidosim mūsu grupas karogu, kas kalpos kā kopības un draudzības simbols.

Kuriem skolotājiem vai citiem cilvēkiem vēlaties teikt paldies?

– Vislielāko paldies vēlos teikt savai 5.-9. klases audzinātājai Annai Jaudzamai. Viņas zināšanas, sirsnība pret audzēkņiem, neviltotais lepnums par viņiem, mani iedvesmoja. Vienmēr mācību stundās ar izbrīnu vēroju viņas talantu izskaidrot sarežģītas lietas vienkāršos vārdos. Tieši šī skolotāja ļoti ietekmēja manus pasaules uzskatus, pamodināja vēlmi apgūt jaunas lietas, parādīja, ka apgūtās zināšanas nav velti tērēts laiks. Viņa savos audzēkņos vienmēr pamanīja un uzsvēra labās īpašības, nevis trūkumus.

Liels paldies manai ģimenei un cilvēkiem, kuri ir apkārt. Par pacietību, motivēšanu un būšanu tuvumā. Bez saviem tuvajiem pašlaik nestudētu augstskolā un nestrādātu pirmsskolā.

Vai bieži atceraties savu bērnību? Kāda tā bija?

– Bērnību pavadīju laukos. Kopā ar māsu un brāli devāmies uz mežu, lēkājām pa peļķēm, pēc lietus slidinājāmies pa slapjo zāli, cepām smilšu kūkas. Lielākoties atmiņas saistās ar būšanu pie dabas, laikam tādēļ arī tagad man patīk kopā ar bērniem doties laukā. Diezgan spilgti atceros savu bērnudārza laiku PII “Ieviņa”. Kādu dienu darbā ar bērniem skatījāmies un pētījām dažādas grāmatas, pēkšņi atcerējos, kā es bērnudārzā kopā ar savu audzinātāju skatījos grāmatu par troļļiem. Šīs atmiņas bija ļoti spilgtas, tā, it kā tas būtu noticis pavisam nesen.

Bērnībā cilvēkam raksturīga spēja brīnīties, kas ar gadiem pāriet atziņā, ka dzīvē nekas vairs nepārsteidz. Par ko Jūs joprojām brīnāties un priecājaties?

– Joprojām brīnos par to, cik cilvēkiem ir daudz iespēju un izvēļu. Mums ir iespējams apgūt daudz un dažādas profesijas, ceļot (kaut vai uz otru pasaules malu), atrast sev tikamu hobiju. Ikviens cilvēks var atrast savu isto ceļu un iet pa to ar prieku. Lielākoties mēs apjūkam plašajā piedāvājumā un paliekam tur, kur esam. Taču no sirds ceru, ka ikviens cilvēks atradīs savu vietu un aicinājumu.

Kā vērtējat mūsu izglītības sistēmu kopumā? Vai ir lietas, kas neapmierina?

– Mums ir, kur augt un attīstīties. Man personīgi gribētos, lai pirmsskolā paliek vairāk laika individuālām rotaļām. Kad tad vēl spēlēt, ja ne bērnībā.

Gaidāt jauno mācību gadu? Kāpēc, Jūsuprāt, dažkārt skolēni atzīst, ka nemaz nevēlas septembrī doties uz skolu?

– Jā, gaidu jauno darba cēlienu. Vasarā esmu atpūsusies, radusi idejas, ko vēlētos īstenot jaunajā mācību gadā. Gribu



Foto - no personīgā arhīva

Jaunā skolotāja. “Man patīk bērnu degsme uzzināt ko jaunu, neatlaidība, tiešums un radošums. Nebaidīšanās kļūdities mūsdienu pasaulē ir viena no svarīgākajām iezīmēm, ko bieži novēroju bērnos,” teic Agnese.

ātrāk atsākt studijas, satikties ar citām topošajām pirmsskolas skolotājām, kopā dalīties ar idejām.

Došanās uz skolu ir liels notikums, kas rada bailes un satraukumu. Tā ir jauna vide, kur ikvienu gaida nezināmais un vēl neatklātais.

Vai vienmēr nodarbībās spējat radīt bērnus interesēt par mācībām? Kas palīdz noturēt viņu uzmanību?

– Ļoti svarīgi ir iepazīt bērnus, lai saprastu, kas viņos rada interesi mācīties. Bērni ir ļoti dažādi, nav viens noteikts uzmanības noturēšanas modulis, katrā grupā ir jāspēj to atrast. Noteikti esmu piedzīvojuši neveiksmes, kad redzu, ka bērni nav ieinteresēti rotaļnodarbībā. Tas palīdz tālākai nodarbību plānošanai. Uzreiz meklēju citus veidus, kā pasniegt jauno informāciju un kādas bērniem interesējošas darbības palīdzēs mācību procesā. Svarīgi ir uz klausīt bērnu idejas un vēlmes. Viņi paši pateiks priekšā, kas viņus ieinteresē, tikai jāspēj to saklausīt un jāprot izmantot tālākajā mācību procesā.

Kā pavadāt brīvo laiku? Vai izdodas nedomāt par darbu?

– Dienās, kad nestrādāju, pārsvarā mācos, lai pagūtu izdarīt visus skolas darbus. Taču, kad paliek kāds brīvs brīdis, labprāt dodos izbraucienos ar velosipēdu, atpūšos pie dabas vai dodos satikties ar draugiem. Brīvajā laikā cenšos nedomāt par darbu, taču visbiežāk ir tā, ka tieši atpūtas brīžos rodas kāda laba ideja, ko vērts īstenot.

Ko labprāt vēlaties iemācīties un apgūt, uz kuriem sapņojat kādreiz aizbraukt ceļojumā?

– Loti vēlos doties ceļojumā uz Japānu, lai savām acīm vērotu kontrastiem bagātos dabas, kultūras un arhitektūras brīnumus, kas saglabājušies no sendienām. Šī valsts pārsteidz ar savu dabas burvību – japāņu dārzi, ūdenskritumi, kalni. Uzlecošās saules zeme visā pasaulē ir pazīstama ar sakuras ķiršu ziedošo laiku, kas noteikti ir ļoti skaists. Manuprāt, viņu kultūra ir ļoti piepildīta.

Nākotnē vēlos apgūt logopēda profesiju. Kā logopēde gribētu diagnosticēt un uzlabot izglītojamo runas, valodas un rakstu valodas traucējumus.

Viļakas pārvaldei – augsti panākumi!

Starptautiskās kinologu biatlona sacensības “Latvija 2023”

26.augustā Valsts robežsardzes koledžas Profesionālās un taktiskās apmācības centra mācību poligonā “Janopole” Rēzeknes novadā notika starptautiskās kinologu biatlona sacensības “Latvija 2023”.

Skrējiens ar šķēršļiem

Valsts robežsardzes koledžas vadītāja palidze Diāna Deņisova stāsta, ka sacensības notika jau 15.reizi, kurās piedalījās gan Latvijas, gan arī ārvalstu (Moldovas, Lietuvas, Igaunijas) tiesībsargājošo iestāžu kinologi un civilie suņu sporta cienītāji. Sacensības noritēja četrās kategorijās: “Profesionālajā klasē A” un “Profesionālajā klasē B”, kur startēja Latvijas un citu valstu tiesībsargājošo iestāžu kinologi ar dienesta suņiem, kā arī “Tautas klasē A” un “Tautas klasē B”, kur piedalījās civilpersonas. Sacensību dalībnieki veica apmēram deviņu kilometru garu skrējieni pa jauktu apvidu, pārvarot dubļainu grāvi un citus šķēršļus, atvairot figuranta uzbrukumu vai notverot figurantu, kā arī šaujot no 20 metru attāluma no dienesta pistoles vai pneimatiskās šautenes.

Trīs zelti, sudrabs un divas bronzas!

Pašus augstākos rezultātus “Profesionālajā klasē A” individuālajā vērtējumā gan vīriešu, gan arī sieviešu konkurencē uzrādīja Valsts robežsardzes Viļakas pārvaldes kinologi. Proti, vīriešu konkurencē 1.vietu izcīnīja Viļakas pārvaldes kinologs DAINIS RAZMINOVIČS ar dienesta suni “Taiger Robežas Sargs”, 2.vietu ieguva Daugavpils pārvaldes pārstāvis Edgars Petkuns ar dienesta suni “Dzhina Robežas Sargs”, bet 3.vietu – Vygantas Kazlovas ar dienesta suni “Gilze” no Lietuvas. Savukārt sieviešu konkurencē 1.vietā ierindojās Viļakas pārvaldes pārstāve ZANDA MIHAILOVA ar dienesta suni “Briana Robežas Sargs”, 2.vietā – Ludzas pārvaldes kinoloģe Santa Makarova ar dienesta suni “Gaius Oger Schloss”, bet 3.vietā – Jekaterina Stepaņuka ar dienesta suni “Ares” no Rīgas pārvaldes. Turklāt tikpat augstus panākumus Viļakas pārvaldes komanda izcīnīja arī komandu vērtējumā, iegūstot 1.vietu. Tikmēr 2.vietā ierindojās apvienotā Daugavpils un Rīgas pārvaldes komanda, bet 3.vietā – Lietuvas Republikas Bruņoto spēku Inženieru bataljona komanda.

Ar to gan mūsējo robežsargu panākumi nebeidzās. “Profesionālajā klasē B” individuālajā vērtējumā vīriešu konkurencē 2.vietu ar dienesta suni “Kora Robežas Sargs” ieguva Viļakas pārvaldes robežsargs KASPARS PAKALNĪTS, bet sieviešu konkurencē 3.vietu – SABĪNE VIĻUMA ar dienesta suni “Jaffy Robežas sargs”. Arī šajā klasē komandu vērtējumā Valsts robežsardzes Viļakas pārvaldes komanda izcīnīja medaļas, iegūstot godalgoto 3.vietu!

Jāpiebilst, ka “Tautas klasē A” individuālajā vērtējumā vīriešu konkurencē 1.vietu izcīnīja Guntis Stankevičs ar suni “Uran”, 2.vietu – Erik Steļmakov ar suni “Nika”, bet sieviešu konkurencē 1.vietu ieguva Agneta Auzāne ar suni “Dior”, 2.vietu – Sandra Dervinika ar suni “Ultra”. Savukārt “Tautas klasē B” individuālajā vērtējumā vīriešu konkurencē 1.vietu izcīnīja Aksel Weiler ar suni “Beetle Juice”, 2.vietu – Bronislavs Laganovskis ar suni “Shella”, 3.vietu – Bronislavs Laganovskis ar suni “Ringo”, bet sieviešu konkurencē 1.vietā ierindojās Svetlana Andreičēna ar suni “Radar Ostwind”, 2.vietā – Kristina Tolevičiute ar suni “Raven”, 3.vietā – Natalja Trestjana ar suni “Arabel Rex Camilla”. Komandu vērtējumā 1.vietu



Valsts robežsardzes kinologi. Attēlā pirmie no kreisās puses redzami Valsts robežsardzes Viļakas pārvaldes kinologi Dainis Razminovičs un Zanda Mihailova.



Sacensību dalībnieki darbībā! Kinologiem sacensības nebija viegla pastaiga, jo nācās pārvarēt dažādus šķēršļus.

izcīnīja komanda “Zemgales kinoloģiskais klubs”, 2.vietu – komanda “Link Tiklo”.

Neizpalika sacensības arī bērnu konkurencē (no 13 līdz 17

gažu vecumam), kur 1.vietu izcīnīja Annija Auzāne ar suni “Thor”.

Informē policija

Atrod līķi bez galvas un kājām

27.maijā Augšdaugavas novada Nicgales pagastā, Daugavas upes krastā, tika atrasta vīrieša galva. 10.jūnijā netālu no iepriekšējās vietas Daugavā tika atrastas arī divas kājas, bet 28.jūnijā, arī Daugavas upē Augšdaugavas novadā, bet Liksnas pagastā tika atrasts vīrieša rumpis bez galvas, kājām, rokām un ar redzamiem miesas bojājumiem.

Valsts policija nekavējoties ierosināja kriminālprocesu un uzsāka izmeklēšanu. Veicot operatīvās un izmeklēšanas darbības un nepieciešamās ekspertīzes, noskaidrots, ka

mirušais ir 1959.gadā dzimis vīrietis. Turpinot izmeklēšanu, Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Kriminālpolicijas biroja amatpersonas 24.augustā, aizdomās par izdarīto noziedzīgo nodarījumu, aizturēja divus vīriešus – 1965.gadā un 1968.gadā dzimušus. Viens no viņiem, 1965.gadā dzimušais vīrietis, agrāk ir tiesāts par slepkavību pastiprinošos apstākļos un vidēji smagu miesas bojājumu nodarīšanu.

26.augustā Valsts policija 1965.gadā dzimušo vīrieti nogādāja tiesā ar lūgumu piemērot drošības līdzekli – apcietinājumu. Par notikušo sākts kriminālprocess pēc Krimināllikuma 117.panta ceturtā un piektā punkta – par

slepkavību pastiprinošos apstākļos, ja tā izdarīta ar sevišķu cietsirdību un pēc slepkavības izdarīta liķa apgānīšana. Par šādu noziedzīgu nodarījumu soda ar mūža ieslodzījumu vai ar brīvības atņemšanu uz laiku no desmit līdz divdesmit gadiem un ar probācijas uzraudzību uz laiku līdz trīs gadiem, konfiscējot mantu vai bez mantas konfiskācijas.

Izmeklēšana kriminālprocesā turpinās. Valsts policija atgādina, ka neviena persona netiek uzskatīta par vainīgu, kamēr tās vaina noziedzīga nodarījuma izdarīšanā netiek pierādīta likumā noteiktajā kārtībā.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Slepkavība Latgalē!

* Sākums 6.lpp.

Darbojamies Nacionālā reto slimību plāna darba grupā, regulāri piedalāmies Saeimas Sociālo un darba lietu komisijas sēdēs. Sekojam jaunākajām izmaiņām veselības un sociālās jomas tiesību aktos, kā tie atspoguļo pacientu tiesības, reto slimību pacientu pārstāvību. Rakstām priekšlikumus, atzinumus.

Regulāri tiekamies ar Veselības ministriju, Veselības un darbaspēju ekspertīzes ārstu valsts komisijas (VDEĀVK) pārstāvjiem, rīkojam apmācības, sadarbojamies ar Labklājības ministriju jautājumos par bērnu invaliditātes funkciju novērtēšanu. Esam uzsākuši sadarbību arī ar Tiesībsargu.

Darbs norit ļoti intensīvi. Šogad Latvijas Reto slimību alianse īsteno projektu "Veselība – mūsu cilvēktiesības", kurā pētām iecietības jautājumus un cilvēktiesību ievērošanu Latvijā cilvēkiem ar retām slimībām. Rīkojam apmācības par pacientu tiesībām. VDEĀVK darbiniekiem novadījām lekciju par šiem jautājumiem. Ar izaicinājumu spēli "Pacientu tiesības un pienākumi" piedalījāmies sarunu festivālā "Lampa" un Salacgrīvā. Ar šo spēli-apmācību nodarbību brauksim uz Latvijas reģioniem.

Gan e-pastos, gan sociālajos tīklos saņemam jautājumus arī no tiem reto slimību pacientiem, kuriem diagnoze Latvijā

**"Mediju atbalsta
fonda ieguldījums no
Latvijas valsts
budžeta līdzekļiem"**

MAF
Mediju atbalsta fonds

noteikta tikai vienam vai dažiem cilvēkiem. Sniedzam cilvēkiem konsultācijas dažādos jautājumos par retām slimībām. Tā ir tikai daļa no visa, ko darām.

Saruna ar speciālistu

Slimības atpazīšana – izaicinājums ārstiem

Ar kādām grūtībām saskaras ārsti, nosakot diagnozi – pulmonālā arteriālā hipertensija? Kāpēc to ir grūti uzreiz atpazīt?

– Pulmonālās arteriālās hipertensijas un arī kopumā pulmonālās hipertensijas diagnozes atpazīšana var būt liels izaicinājums ārstiem. Pirmkārt, tipiskie pulmonālās hipertensijas simptomi, piemēram, elpas trūkums, nogurums un sāpes krūtīs, ir sastopami arī citām slimībām. Šie simptomi var atgādināt tādas slimības kā hroniska obstruktīva plaušu slimība, sirds mazspēja, koronāra sirds slimība un citas, tādējādi kavējot precīzas problēmas noteikšanu. Otrkārt, pulmonālās hipertensijas simptomi parādās tikai slimības vēlinākās stadijās. Treškārt, slimībai ir vairākas formas un cēloņi, praktiski katram pacientam ir savs iemesls, kāpēc attīstās šī saslimšana.

Pie kādiem simptomiem varētu rasties aizdomas, ka cilvēkam ir plaušu hipertensija?

– Pulmonālās hipertensijas sākotnējie simptomi parasti izpaužas pie fiziskas slodzes. Tie var būt elpas trūkums, nogurums, vājums, sāpes krūtīs, ātra sirdsdarbība, zilgana lūpu nokrāsa un ģibonis. Retāk pacientiem var būt sauss klepus, fiziskās slodzes izraisīta slikta dūša un vemšana. Elpas trūkums miera stāvoklī, kāju tūskas ir jau vēlināki slimības simptomi.

Kas izraisa šo saslimšanu un cik bieži Latvijā tā ir sastopama?

– Kopumā plaušu hipertensiju sastop bieži – līdz 1% no visiem iedzīvotājiem. Biežākās formas nav tik bīstamas. Ir divas retas plaušu hipertensijas formas, kuras strauji var izraisīt sirds mazspēju. Tās ir trombu izraisīta plaušu hipertensija un tā saucamā pulmonālā arteriālā hipertensija, kuras iemesli var būt: sistēmas sklerodermija (vai citas reimatoloģiskas saslimšanas), HIV infekcija, iedzimtas sirdskaites, ģenētiska plaušu hipertensija vai nezināmas izcelsmes plaušu hipertensija. Šīs retās slimības formas sastop līdz 50 gadījumiem uz miljonus iedzīvotājiem.

Kāda vecuma un dzimuma cilvēki ar to slimo visbiežāk?

– Ar pulmonālo hipertensiju slimo visu vecuma un dzimuma cilvēki, taču visbiežāk to sastop sievietēm ap 50 – 70 gadu vecumu. Taču ar PH var saslimt gan jaundzimušais, gan tā var piemērot jebkuru cilvēku arī 100 gadu vecumā.

Kad diagnoze noteikta, ko tālāk?

Kur pacientam jāvēršas pēc palīdzības? Ar kādām metodēm ārstē šo slimību un kādas ir prognozes?

– Pirmais izmeklējums, kurā var redzēt plaušu hipertensijas pazīmes, ir sirds ultrasonogrāfija jeb ehokardiogrāfija. Ja ehokardiogrāfijā ir atklātas aizdomas par plaušu hipertensiju, pacientiem ir nepieciešama konsultācija Paula Stradiņa Klīniskajā universitātes slimnīcā, kurā atrodas Latvijas pulmonālās hipertensijas ekspertu centrs. Dažos gadījumos būs nepieciešams veikt sirds labo daļu zondēšanu. Ar sirds labās puses zondēšanas palīdzību ir iespējams precīzi noteikt, vai plaušu asinsvados un labajā kambarī ir palielināts spiediens, kas apstiprina pulmonālās hipertensijas diagnozi. Kad diagnoze ir apstiprināta, notiek pacienta padziļināta izmeklēšana, lai noskaidrotu slimības cēloni. Katram attiecīgajam pulmonālās hipertensijas slimības cēlonim ir sava specifiskā ārstēšanas pieeja, kas var būt uz pulmonālās arteriālās hipertensijas slimības mehānisma balstīta medikamentu terapija, mazināšanu procedūru veikšana – balonu pulmonālā angioplastija vai arī ķirurģiska ārstēšanas pieeja ar pulmonālo endarterektomiju vai plaušu

✓ Agrīna slimības diagnostika ir izšķiroša pacientu dzīves kvalitātē un izdzīvotības rādītājos.

✓ Kad diagnoze ir apstiprināta, notiek pacienta padziļināta izmeklēšana, lai noskaidrotu slimības cēloni.



Kardiologs, Reto slimību centra vadītājs, Rīgas Stradiņa universitātes asoc. profesors **ANDRIS SKRIDE**

transplantāciju.

Kā pēdējos gados ir mainījušās, uzlabojušās šīs slimības diagnosticēšanas un ārstēšanas metodes?

– Pēdējo 10 gadu laikā ir ievērojami uzlabojusies gan pulmonālās hipertensijas diagnostika, gan ārstēšana. Nepārtraukti pasaulē tiek meklēti jauni risinājumi gan pacientu diagnostikā, gan ārstēšanā. Agrīna slimības diagnostika ir izšķiroša pacientu dzīves kvalitātē un izdzīvotības rādītājos. Pētījumi liecina, ka, pateicoties uzlabojumiem diagnostikā un lielāki izpratnei slimības attīstībā, plaušu hipertensija tiek diagnosticēta agrāk nekā iepriekš. Tas nozīmē, ka mēs varam iejaukties ātrāk, nodrošinot labākus ilgtermiņa rezultātus. Pēdējo gadu laikā ir ievērojami augusi mērķtiecīgu zāļu izpēte dažādās pulmonālās hipertensijas pacientu grupās. Šie jaunie medikamenti var būt izšķiroši ne tikai pacientu dzīves kvalitātē, bet arī pašā pacientu izdzīvotībā.

Vai visas (arī jaunākās un modernākās) šīs slimības ārstēšanai nepieciešamās zāles iekļautas valsts kompensējamo zāļu sarakstā?

– Lielākā daļa pašlaik pieejamā pulmonālās hipertensijas zāļu terapijas ir iekļautas valsts kompensējamo zāļu sarakstā. Tikai daži medikamenti netiek kompensēti, bet tos ir plānots kompensēt nākotnē.

Cik atpalikusi vai progresīva, salīdzinot ar citām valstīm, šīs slimības ārstēšanā ir Latvijā? Cik modernas ārstēšanas metodes pielietojat?

– Latvijā pulmonālās hipertensijas pacientu ārstēšana ir salīdzinoši moderna, ņemot vērā Latvijas iespējas. Latvijā nepārtraukti tiek ieviestas jaunākās pieejamās ārstēšanas metodes, lai nodrošinātu visefektīvāko ārstēšanas pieeju. Viena no jaunākajām ieviestajām ārstēšanas metodēm ir balona pulmonālā

angioplastija. Tā ir mazināšana mūsdienīga ārstēšanas metode plaušu artēriju bojājumu ārstēšanā noteiktiem plaušu hipertensijas pacientiem. Latvijā ir arī iespējams saņemt visjaunāko iespējamo zāļu terapiju, piedaloties zāļu klīniskajos pētījumos.

Kādu palīdzību no valsts sagaidāt, lai uzlabotu šīs diagnozes pacientu iespējas ārstēties, uzlabot savu dzīves kvalitāti?

– Lai arī Latvijā tiek ieviestas arvien jaunākas ārstēšanas metodes pulmonālās hipertensijas pacientiem, ņemot vērā pacientu iespējas, šīs jaunās ārstēšanas metodes ir nepieciešams iekļaut valsts kompensējamo metožu un valsts kompensējamo zāļu sarakstā.

Latvian Reto slimību alianse

**IZAICINĀJUMU SPĒLE
PACIENTU TIESĪBAS UN
PIENĀKUMI**

Gimenei draudzīga medicīna, tiesības uz otra speciālista viedokli, nepilngadīga pacienta iespējas, atbalsta persona vīzītes laikā un citi gadījumi.

Rīkojam bezmaksas apmācības visos Latvijas reģionos!

🕒 Spēles ilgums: viena stunda

👥 Dalībnieku skaits: vismaz 10

Pieteikt izaicinājumu spēli Jūsu organizācijā vai iestādē var, rakstot uz e-pastu ganita@retasslimibas.lv

SANĪTA ŠINICA **JURIS BERGMANS** **IIVA PLŪME** **MARĪTA AUGUČEVČIČA**

Izaicinājumu spēle un tās mācību materiāls "Pacienta tiesības un pienākumi" ir izveidots ar Mācības, Uzturēšanās un Nodrošinājuma atbalsta kā EEZ un Norvēģijas grantu programmas "Aktīvo iedzīvotāju fondi" iniciatīva. Par pasākumu saturu ir atbildīga Latvijas Reto slimību alianse.

Foto - no personīgā arhīva

Balvu novada Kultūras pārvalde aicina pieteikt pretendentes balvai kultūrā “Mūsu lepnums”

Balva kultūrā “Mūsu lepnums” ir Balvu novada pašvaldības apbalvojums par īpašiem nopelniem un būtisku ieguldījumu novada/pilsētas kultūrvides veidošanā un uzturēšanā.

Balvas pretendenti ir – Balvu novada kultūras darbinieki, kultūras projektu vadītāji, mākslinieki, bērni un jaunieši, producenti, pasākumu atbalstītāji, kā arī Balvu novadā notikušo kultūras pasākumu organizatori.

Balvu piešķir par iepriekšējo divu kalendāro gadu (2021.-2023.gada septembris) notikušajiem kultūras notikumiem, kultūras, muzeju, bibliotēkas nozarēs strādājošo, amatiermākslas kolektīvu, mūziķu, mākslinieku, jauno talantu sasniegumiem.

Balvas tiek pasniegtas deviņās nominācijās: MŪŽA IEGULDĪJUMS KULTŪRĀ, GADA CILVĒKS MŪZIKĀ, GADA CILVĒKS MĀKSLĀ, GADA CILVĒKS MUZEJU NOZARĒ, GADA CILVĒKS BIBLIOTĒKU NOZARĒ, GADA KULTŪRAS ORGANIZATORS, GADA AMATIERMĀKSLAS KOLEKTĪVS, GADA NOTIKUMS KULTŪRĀ, JAUNAIS TALANTS KULTŪRĀ.

Pretendentus nominācijām var izvirzīt juridiska vai fiziska persona, iesūtot pamatotu pretendenta pieteikuma anketu elektroniski (pielikumā) uz kultparvalde@balvi.lv ar norādi “Pieteikuma anketa apbalvojumam kultūrā”, iesniegt personīgi vai sūtot pa pastu Balvu novada Kultūras pārvalde, Brīvības iela 61, Balvi, LV-4501.

Nominācijām pieteiktos pretendentes izvērtē un lēmumu par apbalvošanu pieņem komisija, kuru ar rīkojumu izveido Balvu novada pašvaldības izpilddirektors.

Konkursa nomināciju ieguvēji tiek apbalvoti ar mākslinieces Elitas Eglītes īpaši veidotu balvu un Balvu novada Domes pateicības rakstu.

Pasākumu organizē Balvu novada Kultūras pārvalde sadarbībā ar Balvu Kultūras un atpūtas centru.

Svinīgais pasākums notiek 2023.gada 23.septembrī plkst. 16.00 Balvu Kultūras un atpūtas centrā, Brīvības iela 61, Balvi.

Nolikums un pieteikuma anketa pieejama www.balvi.lv

PIETEIKUMA ANKETA

Balva kultūrā “Mūsu lepnums”

1. Pieteicējs

(Juridiska vai fiziska persona)

2. Nominācija

2. Pieteicēja adrese, tālrunis

3. Datums

Pretendents	Pamatojums nominācijas saņemšanai

Pielikumā pievienoti šādi materiāli un norādes uz saitēm sociālajos tīklos:

-
-
-

Pieteikuma anketas iesniegšanas laiks – līdz šī gada **16. septembra plkst. 23.00**. Pieteikuma anketas iesniegšanas vieta: Balvu novada pašvaldības Kultūras pārvalde, Balvos, Brīvības iela 61, vai elektroniski: kultparvalde@balvi.lv

Rūpes par bērnu drošību

Kā bērniem un pusaudžiem iedibināt drošus un noturīgus paradumus ceļu satiksmē?

Vasaras mēnešos strauji aug ceļu satiksmes negadījumu skaits, kuros iesaistīti bērni un pusaudži, pārvietojoties ar dažādiem mikromobilitātes līdzekļiem, piemēram, velosipēdiem un elektroskrejriteņiem. Arvien pieaug arī ārstniecības iestādēs reģistrētas dažāda smaguma traumas, kuras bērni gūst, krītot un neapdomīgi pārvietojoties ar šiem braucamrikiem.

KARĪNA BEINERTE, Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas Bērnu psihiatrijas klīnikas psihiatre, skaidro, ka liela nozīme ir vecāku iesaistei un priekšzīmei, izglītojot bērnus par drošu rīcību uz ceļa. Tādēļ viņa dalās ar vairākiem padomiem, kas vecākiem jāatceras par bērnu pasaules uztveri un savu lomu tajā, iedibinot atvasēm drošus un noturīgus paradumus ceļu satiksmē.

Karīna Beinerte stāsta, ka ģimenes vide bērnam ir kā *mikro kosmos*, un mijiedarbojoties ar saviem tuvākajiem cilvēkiem ģimenē, piemēram, vecākiem, brāļiem un masām, veidojas bērna uzvedība, viņš iepazīst sevi un to, kā darbojas pasaule.

Ceļu satiksmes noteikumi bērniem jā māca jau no agrā vecuma

Ceļu satiksmes noteikumi bērnu vecākiem kļūst aktuāli jau no zīdaiņa vecuma, kad mazulis jānosēdina un jāpiesprādzē autosēdekliņā. Šajā un vēlākos vecuma posmos aktuāla ir vecāku iekšējā nostāja un spēja izturēt skaļos protestus, ja bērns sāk pretoties autosēdekliņa vai kādam citam drošības līdzeklim, piemēram, ķiveres vilkšanai, braucot ar velosipēdu. Kaut arī bērna protestus ir grūti izturēt, jo emocijas var būt ļoti spēcīgas agrīnā bērna vecumā, tieši vecāku uzstājība un nelokāmā nostāja ir tā, kas palīdzēs drošības līdzekļu ievērošanu uztvert kā pašsaprotamu vēlākā vecumā.

Mazulim augot un attīstoties parādās jaunas situācijas, kurās drošības jautājumi kļūst aktuāli. Kad bērns sāk patstāvīgi staigāt un ir cieši jāpieskata, jo mazuļi mēdz būt ļoti impulsīvi, svarīgi īsi un skaidri paskaidrot noteikumus, piemēram, to, ka nedrīkst iet tuvu ielai. Bērni agrīnā vecumā ne vienmēr izprātīs visu, ko skaidrojam, bet no vecāku balss intonācijas bērns pilnīgi noteikti saprātīs, kurš vecāka izteiktais noteikums ir svarīgs.

Situācijās, kad mazākam bērnam ir izteikta pretestība vecāku noteiktajiem drošības noteikumiem, vecākiem būs jābūt radošiem, piemēram, drošības noteikumus var ietvert skaitāmpantīnā vai izspēlēt spēļu situācijās ar iemīļotajām mantām un lellēm. Tas var palīdzēt veicināt izpratni un bērna vēlmi ievērot noteikumus.

Noteikumu ievērošanā vecākiem jābūt konsekventiem un nepieķēpiem

Iedibinot noturīgus paradumus, vecākiem ir jābūt konsekventiem un nepieķēpiem. Agrīnā bērna vecumā bērni ir impulsu vadīti un ļoti uzstāj uz savu vēlmju piepildījumu.

Bērniem nepieciešams, ka vecāki vada bērna uzvedību, it īpaši satiksmes drošības jautājumos. Norādes un noteikumus vēlams izteikt vecumam atbilstoši, piemēram, ja bērns ir mazāks, norāde būs īsa un konkrēta. Bērnam protestējot, vecāki nedrīkst atkāpties, jo, ja vienreiz atkāpsies no noteikumu ievērošanas, bērns nākamo reizi kļūs vēl uzstājīgāks un noturēt robežu vecākam būs grūtāk. Tieši konsekvence ir tas, kas mazina bērna protestus. Tāpēc attiecībā uz ceļu satiksmes noteikumu ievērošanu robežu novilkšana ir ļoti svarīga. Savukārt, ja pusaudzis dedzīgi vēlas braukt ar elektroskrejriteņi – to nedrīkst ļaut līdz viņš sasniedzis 14 gadu vecumu! Ja paredzēts brauciens ar auto, pat līdz tuvējam veikalam, sēdēšana autosēdekliņā līdz bērns sasniedzis 150 centimetru garumu un piesprādzēšanās – vienmēr obligāta!

Vienlaikus Karīna Beinerte uzsver – vecākiem jābūt gataviem brīžiem, kad bērni noteikumus aizmirsīs vai izlems neievērot, tajos svarīgi nezaudēt savaldīšanos, izvairīties no sodīšanas. Drošības noteikumu atkārtošana un vecumam atbilstošs paskaidrojums palīdzēs atjaunot noteikuma svarīgumu bērnam prātā. Šāda situācija var arī liecināt par to, ka bērnam uz kādu laiku vajadzīga ciešāka uzraudzība, līdz vecāks pārliecinājies, ka bērns atkal ievēro noteikumus.

Ar katru bērnu ir jāstrādā individuāli un atbilstoši viņa vecumam

Neatkarīgi no vecuma, bērnu personības ir ļoti atšķirīgas – viņi var būt gan impulsīvi, ar spēcīgāku tieksmi uz riskantu uzvedību, gan bailīgāki un piesardzīgāki. Tāpēc, iedibinot drošus paradumus uz ceļa, ar katru bērnu ir jāstrādā individuāli. Piemēram, bērniem, kuriem ir riskantāka, izklaidīgāka uzvedība, būs jāatgādina par noteikumiem biežāk. Šajā ziņā vecākiem vienmēr jāapbruņojas ar pacietību!

Savukārt pusaudžu vecumā visas situācijas būtiski pārrunāt mierīgā vidē. Jā, pusaudzis ar savu attieksmi var radīt iespaidu, ka viņš noliedz vecāku nozīmīgumu vai autoritāti. Tajā pašā laikā vecākiem svarīgi atcerēties, ka pusaudži tik un tā klausās un vecāku noteikumi viņiem vēl aizvien ir ļoti svarīgi, pat neraugoties uz dumpinieka attieksmi. Protams, vecāku kontrole pār pusaudzi ar laiku mazinās, taču drošības noteikumu ievērošanai vajadzētu būt vecāku izvirzītai prioritātei vismaz līdz laikam, kad jaunietis pamet vecāku mājas.

Nestandarta situācijās var izvirzīt motivatorus

Bērnu slimnīcas psihiatre stāsta, ka dažkārt labumu solišana ir pieļaujama, ja bērni ir ļoti dažādi un vienmēr būs kāds, ar kuru būs grūtāk vienoties par drošības noteikumu ievērošanu. Šajos gadījumos bērniem var izvirzīt dažādus mazus mērķus jeb motivatorus. Piemēram, mazam bērnam var ierosināt, ka,



ja viņš automašīnā sēdēs autosēdekliņā, tētis vakarā vienas pasakas vietā lasīs divas. Vai pusaudžiem – ja visu nedēļu brauks uz skolu ar velosipēdu un lietos arī ķiveri, nedēļas nogalē varēs doties uz kino. Šāda prakse ir pieļaujama, turklāt tas pašā bērnam veicina pieradumu ievērot noteikumus un pieņemt tos. Tiesa, motivatoru izmantošana nav ikdienas, tos jāizmanto tikai tad, kad bērns pretojas noteikumu ievērošanai un vecāku uzstājība nav palīdzējusi.

Ja riskantā situācijā gadās pacelt balsi, sava rīcība ir jāpaskaidro

Realitātē vecākiem gadās pacelt balsi, ja notikusi riskanta situācija. Šajos gadījumos būtiski skaidrot bērnam, kāpēc tā notika. Ja šāda situācija notiek pārāk agresīvā manierē, vecākam vēlams par to atvainoties, paskaidrojot, ka viņa reakciju izraisīja bailes par bērna drošību. Situācijas risināšanā vajadzētu nogaidīt līdz visi iesaistītie ir nomierinājušies, pretējā gadījumā kā mazāks bērns, tā pusaudzis būs satraucies un nedzirdēs vecāku teikto. Bērni klausās un mācās, kad viņu prāts ir mierīgs. Tāpēc labāk nedaudz nogaidīt, jo vecāka spēja izlabot savu uzvedību ir ļoti svarīga bērna vēlākā attīstībā.

Brāļiem un māsām ir jāatgādina, ka jaunākie uz viņiem skatās

Ne tikai vecāki, bet arī vecākie brāļi un māsas var būt autoritāte, kas rāda priekšzīmi. Svarīgi, ka visiem bērniem noteikumi ir vienādi. Piemēram, ja bērni tiek vesti automašīnā, visiem ir jābūt piesprādzētiem, jāšē viņu vecumposmam atbilstošā autosēdekliņā. Ja kādam paliktnis vairs nav nepieciešams, ir jāpaskaidro, ka brālis vai māsa jau ir lieli un var auto sēdekliņā neizmantojot, taču ir jāpiesprādzējas.

Lai arī vecākie brāļi un māsas mēdz būt par piemēru jaunākajiem, tāpat arī bērni mēdz viens otru uzmanīt – proti, ja viens redz, ka otrs nav piesprādzējies vai uzlicis galvā ķiveri, otrs nekavējoties par to aizrāda vai pastāsta vecākiem. Taču tik un tā vienmēr jāpatur prātā, ka vecākie brāļi un māsas nevar pildīt vecāku lomu. Proti, iedibinot drošus paradumus uz ceļa bērniem, tieši vecāku priekšzīme ir izšķiroša!

Apsveikums

Ilonai Akmeņai skaistajā jubilejā!
Novēlam, lai laime nespēlē ar Tevi
paslēpes, bet iet pa priekšu un palīdz ik
katrā darbā un nedarbā.



Daudz kas jau ir bijis. Mums daudz kas vēl priekšā. Lai izdodas
viss, ko plāno un ceri. Daudz laimes jubilejā!
Krustmāte, krusttēvs, māsiņa Jolanta ar ģimeni

Pārdod

Baltinavas pagasta ZS
“Riekstiņi” PĀRDOD sertificētu
un kodinātu ziemāju sēklu.
Minimālais daudzums **Big Bag** –
1000 kg. Sīkāka informācija
zvanot: 26574384. Pieprasījumu
sūtīt uz e-pastu:
amatnieki5@inbox.lv

2.septembrī z/s “Gračuļi” veiks
pieteikto jaunputnu un dējējvistu
piegādi pa maršrutu: Bērzpils –
Rugāji – Balvi – Kubuli – Žiguri –
Viļaka – Rekova – Baltinava –
Egluciems – Tilža. Tālr. 29186065.

Pārdod 2 telītes **HS** un **LB**
(2 nedēļas un mēnesi vecas).
Tālr. 22485263.

Pārdod labu, skaldītu malku.
Ātra piegāde. Tālr. 26425960.

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

Pārdod grieztu, skaldītu malku.
Tālr. 29196108.

Pārdod skaldītu malku,
40 EUR/berkubā. Ir sausa.
Tālr. 26550272.

Pārdod metāla jūmtus un
noteksisistēmas no ražotāja.
Cena no 6,50 EUR/m².
Tālr. 28382940.

Pārdod **Ford Fiesta**, 2009.g.,
1.4 D, TA 07.2024. Tālr. 28235483.



Pārdod **Seat Toledo**, 1996.g., 1.8,
jauna TA, EUR 850. Tālr. 22401389.

Pārdod ruļļos: sienu, skābsienu,
salmus. Lopbarībai: kartupeļus,
burkānus, graudus. Ar piegādi.
Tālr. 25442582.

Pārdod labu, privatizētu 3-istabu
dzīvokli ar malkas apkuri, piemājas
zeme, garāža Balvos. Malka
sagatavota. Zvanīt – 25650103.

Bioloģiskā saimniecība pārdod jērus.
Tālr. 28342100.

Pērk

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

**IEPĒRK
MĀJLOPUS**
-AUGSTAS CENAS
-SAMAKSA TŪLITĒJA
-ELEKTRONISKIE SVARI
tel. 27777733
www.galaspartrade.lv

IEPĒRKAM LIĒLOPUS!
62003939
info@senlejas.lv

TROVENT
Pērk mežu un
lauksaimniecības zemi.
www.trovent.lv
e-pasts: info@trovent.lv
29429555

PĒRKAM
Augošu koku cirmsas
un sortimentus pie ceļa
Meža īpašniekiem:
• Veicam bezmaksas konsultācijas;
• Palīdzam meža taksācijas
sagaītošanā, cirsma iestigošanā;
• Palīdzam iesniegt ciršanas
pieteikumu VMD.
Metsā
Telefona informācija: 26115369; 67804343
www.metsaforest.com/lv

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

Pērk izcirstus mežus
(3000 EUR/ha), jaunaudzes,
zemi. Tālr. 28282021.

Ģimene vēlas iegādāties lauku
VIENSĒTU ar zemi un mežu
(laukos), ar elektrības pieslēgumu,
bez kaimiņu mājām blakus.
Tālr. 25302291.

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

Līdzjūtības

Noriet saule vakarā
Mežu galus zeltidama;
Nolīkst klusi sirmā galva,
Saules ceļu aiziedama.
Skumju brīdī izsakām līdzjūtību
**sievai Zelmāi, dēlam Imantam ar
ģimeni**, vīru, tēti **KĀRLI MIZU**
mūžības ceļā pavadot.
Pilātu ģimene

Cilvēka mūžs izskan kā dziesma,
Noriet kā saule vakarā.
Paliek tik kapsētā svečītes liesma,
Paliek tik sāpe asarā.
Izsakām patiesu līdzjūtību un
skumju brīdī esam kopā ar **Imantu
un Daci Mizām, TĒTI** pavadot
mūžībā.
Tilžas un Vectilžas pirmsskolas
grupuņas

Lapa nobira dzīvības kokam,
Mūžības vēji nu klēpi to nes
Tur, kur debesu mājokļos tālos
Salido cilvēku dvēseles.
Kad mūžības ceļā devies
KĀRLIS MIZA, mūsu klusa un
patiesa līdzjūtība **viņa tuviniekiem.**
Ligita, Voldemārs, Veneranda

Rokas, kas mīlēja darbu – gurušas,
Sirds, kas vēlēja labu – nu atdusas.
(Z.Purvš)

Kad mūžības ceļā devusies mūsu
kaimiņiene **IRĒNA MEŽALE**,
patiesā cieņā noliecam galvas un
izsakām līdzjūtību **tuviniekiem.**
Baznīcas ielas 7.mājas 1.ievejas
kaimiņi

Pār tevi **smilšu klusums klāts,**
Vien paliek atmiņas
Un tava mūža stāsts...
Izsakām patiesu līdzjūtību **Aivara
un Ilmāra ģimenēm un visiem
tuviniekiem**, māmiņu
IRĒNU MEŽALI pavadot mūžības
ceļā.
Bijušā “Balvu SPK” aušanas ceļa
meitenes: Ināra B., Anna P.,
Benita K., Irina S., Ilona B.,
Vija J., Regīna L.

Klusiem soļiem **māmulīņa**
Mūžam durvis aizvērusi,
Ne vārdu nebildusi,
Skumjas sirdī atstājusi.
(V.Kokle-Livīņa)

Izsakām patiesu līdzjūtību **dēlu
Ilmāra un Aivara ģimenēm**,
pavadot māmiņu **IRĒNU MEŽALI**
mūžībā.
Juris, Ilga, Aija, Malvīna, Lidija,
Lena Klimoviča

Tu esi katram viena, tomēr tikai
viena,
Pie kuras kā pie saules bērni turas
klāt.
Un tāpēc ir tik grūti, zaļām skujām
birstot,
Uz mūžu smagai zemei tev atdot,
māt.
(V.Zariņš)
Izsakām visdziļāko līdzjūtību
Aivaram Mežalam ar ģimeni,
MĀMIŅU, VĪRAMĀTI, VECMĀMIŅU
mūžības ceļā pavadot.
Līga, Beāte, Inta, Valdis

Gaisma, kas cilvēkā dzīvo,
Un siltums, ko izstaro sirds,
Tas nezūd, tas paliek un mirdz.
Kad ar pēdējiem sveicieniem zemei,
saulei un cilvēkiem mūžībā aiziet
māte, vecmāmiņa **IRĒNA MEŽALE**,
jūtam līdzī bēdās un esam kopā ar
dēliem un pārējiem tuviniekiem.
Regīna, Vera, Janīna, Anita,
Mārtiņš, Marina

Kā brīnumsvecīte es izdzīsišu,
Kad pieskāries būs likteņstundas
pirksts,
Bet ļoti gribas, lai aiz manis paliek
Kaut viena tumsai neatdota dzirksts.
(K.Apškrūma)
Patiesa līdzjūtība sāpju brīdī **dēliem
ar ģimenēm**, pavadot māmiņu
IRĒNU MEŽALI aizsaules ceļā.
Aija un Dzintra

Rudens krāso pilādzkokus sārtus,
Gājputni ar vasaru projām trauc.
Bet tev mūžība ver miera vārtus,
Sāpes rimst un lielais klusums sauc.
(L.Sāgameža- Nāģele)
Izsakām līdzjūtību **Ilmāra un Aivara
Mežalu ģimenēm**, pavadot
MĀMIŅU mūžības ceļā.
Ločmanu ģimenes

Cik gājums garš, nav izmērīts,
Cik bagāts bijis tas, nav svērts.
Bet mūžs ir pateicības vērts.
Kad pa baltu mūžības ceļu devusies
IRĒNA MEŽALE, mūsu patiesa
līdzjūtība dēlu **Aivara un Ilmāra
ģimenēm**, no māmiņas un
vecmāmiņas uz mūžu atvadoties.
Livku ģimene

Šalciet klusi, dzimtie meži,
Mūža dziesma beigusies.
Pāri sirdij aplkusušai
Zeme **smilšu sagšu segs**.
Mūsu vispatiesākā līdzjūtība
**Aivaram Mežalam ar
ģimeni**, uz mūžu atvadoties no
māmiņas, vecmāmiņas,
viramātes **IRĒNAS MEŽALES**.
Bukšu ģimene Kubulos


Skaistākos ziedus tev noplūktu
dārzā,
Mijākos vārdus tev sacītu vēl,
Ja tu šai vakarā, klusā un vēlā,
Atrāktu vēl ar mums parunāt.
(Ā.Elksne)
Skumju brīdī izsakām patiesu
līdzjūtību **Aivara Mežala ģimenei,**
MĀMULĪTI mūžībā pavadot.
Kalniņu, Vigantu, Kozlovsku
ģimenes

Augšā pie Dieva pēc šīs dzīves
gaitām
Dvēsele svētlaimi atradīs sev.
Par labiem darbiem un sirds gaišām
domām,
Kronēs debesīs tur tev Dievs.
Klusa līdzjūtība un mierinājuma vārdi
lai dod spēku un atbalstu **dēlam,
meitai, mazbērniem**, māmiņu,
vecmāmiņu **DZIDRU LEIŠAVNIECI**
mūžības ceļā pavadot.
Bronislava

Dāvina

Maza auguma suniņi meklē
saimnieku. Tālr. 26143514.

Dāvina 2 kaķeniņes.
Tālr. 28746217.

 **Indekss
3004**
Vaduguns
IZNĀK OTRDIENĀS, PIEKTDIENĀS
IZDEVĒJS
SIA “BALVU VADUGUNS”
Nodokļu maksātāju apliecības Nr.
LV43203002982

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

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

REDAKTORS **E.GABRANOVŠ** - T. 29360850
ŽURNĀLISTI: **S.KARAVOIČIKA** - T. 26707934;
I.ZINKOVSKA - T. 28319682;
M.SPRUDŽĀNE - T. 27832538; **I.TUŠINSKA** - T. 27145837;
A.LOČMELIS - T. 26665086. KOREKTORS – **A.SOCKA**
GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA - T. 25908200
ŠOFERIS A.KIRSANOVŠ - T. 27870730
Tālrūnis-autoatbildētājs - **64520961**

e-pasts: **vaduguns@apollo.lv**
mājaslapa: **vaduguns.lv**
Datorsalikums-
**SIA “Balvu Vaduguns”,
R.KACĒNS**
**Iespiests SIA “Latgales
Druka”, Rēzeknē,
Baznīcas 28**
TIRĀŽA - 2260