



Ir, uz ko tiekties!

Paliek ceturtie. Mūsu volejbola komanda "NDK" (Naudaskalns) izcīnīja 4.vietu.

Edgars Gabranovs

Svētdien Balvu sākumskolas sporta zālē noslēdzās Balvu novada atklātais čempionāts volejbolā vīriešiem. Finālā no mūsējiem komandām iekļuva tikai "NDK" (Naudaskalns), kas cīņā par trešo vietu piekāpās komandas "Azarts" (Rēzekne) sportistiem. Savukārt čempionu titulu izcīnīja kārsavieši "SK Kuorsova/Rogovka", aiz sevis atstājot valmieriešus.

Viennozīmīgi, ka balveniešiem un mūsu novada ļaudīm visinteresantākā šķita spēle par trešo vietu. Kā nu ne, ja šajā divcīņā Naudaskalna sportisti varēja izcīnīt bronzas medaļas. "Gluži kā hokejisti," pirms spēles prātoja līdzjutēji. "NDK" komandas pārstāvis Kaspars Usāns prognozēja, ka spēle, visticamāk, būs spraiga. Viņš nekļūdījās, jo pirmo un otro setu mūsējie iesāka ar pārsvaru 4:2. Tiesa, pirmajā setā, izlidzinoties rezultātam 7:7, rēzeknieši punktu pēc punkta audzēja savu pārsvaru. Arī pirmā seta noslēgumā, kad naudaskalnieši no viņiem nelabvēlīgā rezultāta 18:23 panāca 21:23, kaimiņnovada sportisti neapjuka, setu noslēdzot 21:25 viņu labā. Otrā seta epilogā ritēja līdzvērtīga spēle 16:16; 20:20; 22:21; tomēr mūsējie spēja izraut uzvaru ar 22:25. Pavisam nelāgi aizritēja trešais sets, kas mūsu komandai noslēdzās ļoti nepatīkami, piekāpjoties ar rezultātu 7:15, tādējādi ierindojoties 4.vietā.

Aptaujātie mūsējiem sportisti ir vienprātīgi, ka Balvos jauniešu volejbols ir *pamiris*. Šādam

viedoklim piekrist arī K.Usāns, uzsverot, ka kaut kas steidzīgi jādara lietas labā. Vēl skarbāks ir sporta veterāns Jānis Strapcāns. Viņaprāt, Balvos ir zaudēta *piramīda*, kad izpaliek sportistu pēctecība: "Jāsāk ar bērniem, kam seko jauniešu komandas, kas turpina savas gaitas pieaugušo rindās. Tas viss izpaliek. Nesaprotu, kāpēc Balvu Sporta skola nepastiprina volejbolistu apmācību. Tāpat nesaprotu, kāpēc Viļakas jaunieši, kur ir volejbola grupa, nēstartēja Balvu novada atklātajā čempionātā. Savukārt priecēja, ka spēlēja Balvu ģimnāzijas komanda – puikas guva pieredzi. Jābūt daudz augstākām prasībām no sporta skolas un arī treneriem."

Svētdienas ritā par pozitīvu noskaņojumu nesūdzējās "SK Kuorsova/Rogovka" volejbolists Oskars Ivulāns. Viņš "Vadugunij" atzina, ka Balvu novada atklātā čempionāta pirmajā četriniekā ir visas labākās *top* komandas, kas spēlēja līdzīgi: "Jebkura komanda var uzvarēt. Kārsavas un Rogovkas sportisti trenējas kopā, kas ir ļoti svarīgi. Finālā spēšim ar valmieriešiem. Viņiem līdz šim esam zaudējuši, bet šoreiz saņemsimies. Nospēšim labi!" Viņš piebilda, ka Naudaskalnam ir laba komanda: "Taču viņiem šoreiz nepaveicās." Jāsecina, ka par trešo izcīnīto vietu apmierināti nebija rēzeknieši, jo cerēja uz augstāku kaluma medaļām. Komandas "Azarts" kapteinis Nikita Kopmanis neslēpa, ka cerēja uz 1.vietu. "Pietrūka garīgā spēka," viņš paskaidroja.

P.S. Visu komandu pārstāvji apliecināja, ka, viņuprāt, volejbola attīstībai pietrūkst finansējuma.

Foto - E. Gabranovs

Nākamajā
Vadugumā

● Pēta notikumus un liktenus
Ciemojamies Vecumu bibliotēkā

● Vai ēdam produktus ar
kukaiņu piedevām?
Meklējam atbildi

Rugājiešiem pasniegs balvu

Studiju festivāla "L-Univers" laikā, 23.februārī, Latvijas Universitātes (LU) Akadēmiskā centra Zinātņu mājā notiks LU Skolu balvu pasniegšanas ceremonija. Apbalvojumu piešķirs katrai Latvijas reģiona skolai, kura iepriekšējā gadā devusi vislielāko ieguldījumu LU studentu saimes papildināšanā. Šogad LU Skolu balvu saņems: Latgalē – Rugāju vidusskola; Rīgā – Rīgas Kultūru vidusskola; Rīgas reģionā – Baldones vidusskola; Vidzemē – Madlienas vidusskola; Kurzemē – Talsu Valsts ģimnāzija, Zemgalē – Bauskas 2.vidusskola.

Dzimstība turpina samazināties

2023.gadā piedzima 14 121 bērns – par 11,5% jeb 1 833 jaundzimušajiem mazāk nekā 2022.gadā, liecina Centrālās statistikas pārvaldes provizoriskie dati. Vismazāk bērnu piedzima 2023.gada 4.ceturksnī – par 2,7% jeb 92 bērniem mazāk nekā 2022.gada 4.ceturksnī. Arī katrā

Īsziņas



2023.gada mēnesī piedzima mazāk bērnu nekā attiecīgajā 2022.gada mēnesī, kas ir vismazākais dzimušo skaits mēnesī pēdējos simts gados. 2024.gada 1.janvārī provizoriskais iedzīvotāju skaits bija 1 miljons 873 tūkstoši, kas ir par 18,5 tūkstošiem mazāk nekā 2023.gada 1.janvārī. "Ar grāmatām uz Tu"

20.februārī plkst. 17.00 Balvu Centrālajā bibliotēkā ikviens interesents aicināts uz tikšanos ar Vinetu Zeltkalni pasākumā "Ar grāmatām uz Tu".

Sprīdis iedzīvotāji

22.februārī plkst. 20.00 Krišjāņu Tautas namā Krišjāņu pagasta Iedzīvotāju padomes sēdē diskutēs par pagastā aktuālajiem jautājumiem.

Vārds žurnālistam

Aija Socka

Rīga un Pierīga domā par jaunu skolu celtniecību, bet no galvaspilsētas attālākie novadi aicināti reformēt skolas, kas bieži vien nozīmē to slēgšanu. Absurds, bet tajā pat laikā – dzīves realitāte. Vēl pirms krietna laika vārds 'reforma' parastam cilvēkam asociējās ar pārmaiņām, kas vērstas uz labu, ar attīstību un izaugsmi. Tagad pedagogu arodbiedrības vadītāja sociālajos tīklos raksta, ka reforma ir lamuvārds izglītības nozarē. Reformēt nozari tikai tāpēc, lai kāds pierādītu, ka kaut ko dara... Citi iemeslu grūti pamanīt. Arī to, ko ministrijas pārstāvji piesauc ikkatrā intervijā – izglītības kvalitāti. Nepārdomāta un ar nozares profesionāļiem neapspriesta reforma negarantē kvalitāti. Maz kāds ieklausās cilvēkos un pajautā, kādu skolu viņi vēlas...

Vai vispār kādam ir vēlme ieklausīties un kaut ko darīt lietas labā, lai atvieglotu dzīvi iedzīvotājiem, lai stiprinātu kādu pagastu, novadu, valsti? Izskatās, ka pietrūkst plašāka redzējuma, jo, attīstot kaut ko vienu, piemēram, Pierīgu, zaudē attālākie novadi. Vai tik ar pagastu apvienību veidošanu novados nesānās līdzīgi? Attīstīs novada centru, bet attālākie pagasti turpinās iztukšoties. Jau tagad pagastos aktīvākie ļaudis saka, ka nav redzējuši plānu, kur konkrēti uzskaitīti darbi, ko tuvākajos gados viņu pagastā plānots izdarīt. Plānu veidotāji atrakstās ar vārdiem – attīstīsim, pilnveidosim, veicināsim... Tiem vārdiem, šķiet, ir tukša skaņa un nulles vērtība, ja iedzīvotāji savā ikdienā neredz pozitīvas pārmaiņas ne šodienā, ne tuvākajā rītdienā.

Latvijā

Zaudē Saeimas deputāta mandātu. Augstākā tiesa, izskatot 14. Saeimas deputātes Glorijas Grevcovas aizstāves kasācijas sūdzību lietā par nepatiesu ziņu sniegšanu CVK, nolēma atteikties ierosināt kasācijas tiesvedību. Līdz ar to ceturtdien stājās spēkā Rīgas pilsētas tiesas 2023. gada 14. marta spriedums, ar kuru G. Grevcova atzīta par vainīgu Krimināllikuma 272. pantā paredzētā noziedzīgā nodarījuma izdarīšanā un sodīta ar sabiedrisko darbu uz 160 stundām. Saskaņā ar Saeimas kārtības rullja 18. pantu deputāts, kas notiesāts par noziedzīgu nodarījumu, uzskatāms par izslēgtu no Saeimas sastāva ar dienu, kad stājās spēkā notiesājotais spriedums, līdz ar to G. Grevcova ceturtdien zaudējusi savu 14. Saeimas deputāta mandātu.

Izcīna sudraba medaļu. Pasaules čempionāts biatlonā aizvadītās nedēļas nogalē noslēdzās ar sacensībām ar kopēju startu, kurā Latvijas biatlonists Andrejs Rastorgujevs izcīnīja sudraba medaļu. Tas ir augstākais sasniegums Latvijas biatlona vēsturē.

Mežaparkā plāno būvēt skolu. Mežaparkā Rīgas dome plāno būvēt sākumskolu. Galvaspilsētā tā būs pirmā jaunā skola kopš neatkarības atjaunošanas. Projekts varētu izmaksāt 13,5 miljonus eiro, kurus pašvaldība šogad cer aizņemt no valsts. Divstāvu ēkā no pirmās līdz sestajai klasei varētu mācīties ap 470 bērnu, kurus apmācītu pussimt pedagogu.

Izdots dziesmu krājums Baltinavas izloksnē. Vairāk nekā 100 tautasdziesmu Baltinavas izloksnē pirmo reizi apkopotas dziesmu krājumā "Dzišmu skreine". Galvenokārt tās ir dziesmas, kuras 45 gadu darbības laikā dziedājušas Baltinavas etnogrāfiskā ansambļa sievietes. Lipīgas melodijas un teksti ar bagātīgām dzīves gudrībām, – tā savas dziedātās dziesmas raksturo Baltinavas etnogrāfiskais ansamblis, kurš krājumā apkopojis apkaimes teicēju saglabātas un tautā iemīļotas dziesmas.

Biežākās traumas – roku un kāju lūzumi. Pēdējās dienās sasaldētais lietus apgrūtinājis pārvietošanos ne vien autobraucējiem, bet arī gājējiem pilsētās. Pēciantu plūsmā traumpunktos ir teju trīskāršojusies. Biežākās traumas – roku, potītes un kāju lūzumi. Šādi laikapstākļi bijis izaicinājums arī vietvarām ceļu un ietvju apsaimniekošanā.

(Ziņas no www.lsm.lv)

Izglītības iespēju izstādē

Piedāvā izvēlēties profesiju

Aija Socka

14. februārī Balvu Valsts ģimnāzijā (BVĢ) jauniešus pulcēja izglītības iespēju izstāde "Kur studēt 2024".

Kopumā izstādi, kā atklāj BVĢ karjeras konsultante Agita Kukurāne, apmeklēja vairāk nekā 400 jaunieši no vairākām mūsu novada skolām. Izstādē vienkopus bija iespēja iepazīties ar samērā plašu izglītības iestāžu piedāvājumu. Paši jaunieši atzīst, ka ir skolas, kas negaidīti uzrunājušas, ieinteresējušas, viņi novērtēja iespēju klātienē parunāties ar mācību iestāžu pārstāvjiem, uzdot sev interesējošus jautājumus, piedalīties aktivitātēs un vērot paraugdemonstrējumus. Izstādes apmeklētāji labprāt iesaistījās Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmijas, Valsts Policijas koledžas, Smiltenes tehnikuma, Balvu Profesionālās un vispārīgizglītojošās vidusskolas, LU Rīgas 1. medicīnas koledžas, Latvijas Nacionālās aizsardzības akadēmijas, Valsts robežsardzes koledžas un citu izglītības iestāžu piedāvātajās aktivitātēs. Sev interesējošo informāciju jaunieši varēja arī iegūt, aplūkojot standus un bukletus. "Lai pasākumā gūta informācija un pozitīvas emocijas ir atbalsts mūsu novada jauniešiem tālākās karjeras izvēlē!" novēl A. Kukurāne.



Foto - A. Kirsanovs

Izstādes atklāšanā. Ģimnāzijas direktores Kristīnes Leles šarmantais pavadonis Balvu vilks ķepās saudzīgi nesa sārta sirsniņbalonu klēpi, lai sveiktu no visas Latvijas atbraukušos 20 mācību iestāžu pārstāvjus. Atklāšanas uzrunā direktore norādīja, ka izstādē ģimnāzijā tiek rīkota ar mērķi rosināt mūsu un blakus novadu jauniešus izvēlēties sev piemērotāko nākotnes profesiju vai turpmāko studiju vietu, lai veidotu katrs savu veiksmīgo karjeras ceļu.



Foto - A. Kirsanovs

Atkalsatikšanās prieks. Izstādē satikās divas studentes – bijušās klasesbiedrenes BVĢ – Dārja un Monta. Dārja (no labās) studē Ventspils Augstskolā, Monta – Latvijas Kultūras akadēmijā. Jaunietes atzina, ka skolēniem izstādē galvenais ir paskatīties, ko vispār var darīt pēc skolas beigšanas. "Izstādes ir laba lieta, var salīdzināt mācību iestāžu piedāvājumus. Arī mēs savulaik apmeklējām izstādes, jautājām, par ko var kļūt pēc katras mācību iestādes beigšanas, uzzinājām arī ko jaunu. Mums ir saglabājušās siltas atmiņas par savu skolu, kur bija fantastiski klasesbiedri un audzinātāja Ināra, notika interesanti pasākumi. Piemēram, dzīvā atmiņā ir skaistais Žetonu vakars," stāstīja jaunietes.



Foto - A. Kirsanovs

Diāna un Evelīna. 12. klases pārstāves atklāja, ka izstādē apskatījušas, kādas mācību iestādes piedalās un ko tās piedāvā. Aptuveni ir zināms, kur un ko studēs pēc vidējās izglītības iegūšanas, bet izstādē redzētais, protams, ir noderīgs gan pašām, gan citiem jauniešiem.



Foto - A. Kirsanovs

Mācās Smiltenes tehnikumā. Anete (no kreisās) atklāja, ka nāk no Rīgas, tehnikumā mācās otro gadu: "Balvos esmu pirmo reizi. Kā radās interese par veterinārmedicīnu? Aprūpējot savu zirgu." Elza atklāja, ka ceļš līdz profesijai bijis pašsaprotams, jo kopš bērnības patīk dzīvnieki, grib palīdzēt viņiem. Jaunietes dzimtā puse ir Valmiera. "Veterinārmedicīna ir sarežģīta, tas nav tikai sapaijāt dzīvnieku, ir jābūt vēlmei palīdzēt. Ja, piemēram, sunītim būtu kāda problēma, pirmo palīdzību mēs jau varētu sniegt, bet noteikt diagnozi un medikamentus drīkst veterinārārsts. Lai skolēniem izdodas atrast īsto profesiju," vēlēja jaunietes.



Foto - A. Kirsanovs

Būs nopietni jāmācās. Santa (no labās), kura Balvos bija pirmoreiz, atklāja, ka Policijas koledžā ir iespēja apgūt trīs programmas. Mācoties, piemēram, kadetiem ir darba alga, pēc studijām ir garantēta dienesta vieta. "Par fizisko sagatavotību ir jādomā, jau mācoties skolā. Pie mums jānāk jauniešiem ar apziņu, ka viņi vēlas sargāt valsti, ir jābūt vēlmei mācīties un iegūt zināšanas. Koledžā ir stingra disciplīna, mums, piemēram, ir jābūt formas tērpos, ar tīriem zābakiem, savāktiem matiem utt.," uzsvēra Santa.

Saruna ar "Jauniešu gada balvas 2023" saņēmēju

Spēlē ērģeles un dzied baznīcas kori

Pasākumā "Jauniešu gada balva 2023" Viļakas vidusskolas skolniece LOLITA CIRCENE ieguva uzvaru nominācijā "Gada jauniešis mākslā".

Kā ir mācīties, kad tuvojas eksāmenu laiks?

– Mācos 12.klasē, jūtos motivēta, lai arī ir neliels satraukums par eksāmeniem, jo šogad, kā zināms, lai nokārtotu eksāmenu, ir jāiegūst 15% vērtējums, nevis kā pagājušajā gadā – 10%. Gatavošanās eksāmeniem prasa daudz pūļu, bet zinu, ka man viss sanāks, jo vienmēr mācos ar patiku, bez iemesla nekavēju mācību stundas. Iedrošina arī tas, ka Viļakas vidusskolā ir lieliskas skolotājas, kuras vienmēr palīdz.

Kāds ir Tavs ceļš mūzikā?

– Dziedu jau kopš bērnudārza gadiem, pirmo reizi uz skatuves kāpu aptuveni 6 gadu vecumā, piedaloties Žiguru kultūras nama koncertā. Ar klavierspēli esmu pazīstama jau kopš 11 gadu vecuma, kad sāku mācīties mūzikas skolā. Ar laiku sāku dziedāt Viļakas Romas katoļu baznīcas kori.

Kā radās interese par garīgo mūziku un ērģelispēli?

– Viļakas Romas katoļu baznīcas ērģelniece Inita Raginska ir mana lielākā iedvesmotāja spēlēt ērģeles, viņa vienmēr visus iedrošina un iedvesmo. Tas, kā viņa spēlē, liek domāt, – kaut es tā varētu nospēlēt! Es uzstājos dažādos koncertos un piedalos konkursos dziedot vai spēlējot. Nesen, piemēram, ieguvi 1.pakāpes diplomu 2.Starptautiskajā Alfrēda Feila Jauno dziedātāju tautasdziesmu konkursā Daugavpilī.

Aizvadītajā gadā piedalījies erudīcijas spēlē "Gudrs, vēl gudrāks" un Pasaules Jauniešu dienās Lisabonā. Kādus iesaņēmus ieguvi?

– Jā, spēlē ieguvi jaunu pieredzi, draugus un zināšanas. Esmu spēcīga humanitārajās zinātnēs, interesē valodas un to apguve. Savukārt brauciens uz Lisabonu ir neaizmirstams, guvu plašāku pasaules redzējumu, ieguvi jaunus draugus gan no Latvijas, gan no ārzemēm, ar kuriem joprojām sazinos. Pēc brauciena vairāk satuvinājos ar Dievu un ģimeni, kā arī

saņēmos spēlēt ērģeles.

Kā radās interese par ticību un baznīcas apmeklēšanu?

– Kopš agras bērnības tēvs mani veda uz baznīcu. Protams, no sākuma man nepatika, jo mazam bērnam nosēdēt vairāk nekā stundu baznīcā bija grūti. Ar laiku man iepatikās, tagad esmu tā, kas ved tēvu uz baznīcu. Vecmāmiņas sapnis bija, lai mazmeita ietu uz baznīcu un dziedātu baznīcas kori. Manu izvēli apmeklēt baznīcu un dziedāt atbalsta ģimene un lielākā daļa vienaudžu.

Vai plāno nākotnes profesiju saistīt ar mākslu?

– Pagaidām ir daudz variantu, ko vēlos studēt, bet vēl ir laiks izvēlēties. Interesē psiholoģija, automobiļu mehānika, armija, autoskolas instruktora profesija un angļu valoda.

Kādas vēl ir intereses un nodarbes ārpus skolas?

– Uzstājos koncertos, brīvajā laikā, piemēram, mācos dažādas dziesmas, nodarbojos ar akrobātiku, pie draudzenes apģūstu basģitāras spēli, nedēļā divas – trīs dienas apmēram divas stundas dienā spēļu klavieres, eju ārā ar draudzenēm, piestrādāju par šoferi. Protams, ir brīži, kad gribas pabūt vienatnē. Cenšos paspēt un izbrīvēt laiku visām aktivitātēm, kas interesē.

Kādus kultūras pasākumus labprāt apmeklē?

– Man interesē koncerti, teātri, filmu vakari, radošās darbnīcas, apmeklēju Viļakas jauniešu mājas, Medņevas un Žiguru kultūras namu pasākumus, klausos Annu Asti, grupas "ABBA", Samantas Tīnas un citu mūziku.

Kā vērtē skolu reorganizāciju?

– Skumji, ka laukos skolas likvidē. Tas nozīmē, ka laukos cilvēku paliks vēl mazāk, daudzi brauks uz pilsētām vai vispār prom no Latvijas. Varu teikt, ka man skola piedāvā kvalitatīvu izglītību, un tas, ka skola atrodas kaut kur laukos, nenozīmē, ka lauciniekiem nav zināšanu. Skolu slēgšana neuzlabos Latvijas finansiālo stāvokli un vispār neko labu neizdarīs.

Kādu vēlies redzēt savu dzimto pusi nākotnē?

– Vēlētos, lai Susāju pagastā attīstītos uzņēmējdarbība, lai nākotnē būtu vairāk vietējo iedzīvotāju un viņi nepamestu savu dzimto vietu, bet turpinātu to uzlabot. Ja jaunieši tiecas pēc sava mērķa, tad viss sanāks.



Lolita. "Mūzika man dod miera un gandarījuma sajūtu, tas ir veids, kā parādīt savu iekšējo 'es' pasaulei. Nesen sāku rakstīt pati savas dziesmas, iespējams, drīzumā klausītāji varēs dzirdēt kādu no tām. Melodiju vienai dziesmai jau esmu sacerējusi," atklāj jaunieši.

– Vēlētos, lai Susāju pagastā attīstītos uzņēmējdarbība, lai nākotnē būtu vairāk vietējo iedzīvotāju un viņi nepamestu savu dzimto vietu, bet turpinātu to uzlabot. Ja jaunieši tiecas pēc sava mērķa, tad viss sanāks.

Foto - no personīgā arhīva

Iepazīst zemi un cilvēkus

Zied sniegpulkstenītes un trallina cīruļi

Bijusi Krišjāņu pagasta iedzīvotāja SANITA SINELE jau sešus mēnešus dzīvo un strādā Dānijā.

Savs stūritis dārziņam

Stāstu par nokļūšanu svešā zemē Sanita sāk ar vārdiem, ka nekad nevajag teikt 'nekad': "Mani divi 'nekad' jau ir pārvērtušies par to, ko es šobrīd daru: dzīvoju ārzemēs, lai gan agrāk teicu, ka nekad nedzīvošu svešā valstī. Esmu nolikusi B kategorijas autovadītāja tiesības un braucu ar auto, bet agrāk biju pārliecināta, ka to nekad nedarīšu, jo man nepatīk un ir bail braukt. Dzīvoju privātmājā, mazā ciematīņā – Spandetā (līdz lielākai pilsētai Ribeī ir 15 km), kur man ir savas puķu dobes, zemes stūritis dārziņam un siltumnīca. Apmēram 3 km attālumā ir mežs un viršu lauki (kad zied virši, viss ir tik skaisti, ka aizraujas elpa) ar takām pastaigām, trases braucieniem ar velosipēdiem un celiņi, kur cilvēki jā ar zirgiem (katram trešajam dānim ir zirgi). Daba ir līdzīga Latvijas dabai, toties laikapstākļi ir citādi. Mums te gandrīz nemaz nav sniega (bija nedaudz uzsnidzis, bet ātri nokusa), bieži list un pūš stiprs vējš. Lielākais aukstums bija -8grādi, bet tas ir vienu, divas dienas. Tagad jau te ir pavasaris – zied sniegpulkstenītes, lazdas purina savas skaras, kliez dzērves, debesis vītero cīruļi. Ja ir labi laikapstākļi, braucu ar velosipēdu un staigāju pa mežu. No Latvijas atceļoja līdzī arī mana sunīte Reda, kura ir mans pastaigu un velo braucienam kompanjons." Sanitai darbs ir vakaros, viņa strādā uzkopšanas uzņēmumā. Dienas velta grāmatu lasīšanai, izmanto "3td E-grāmatu bibliotēku". Lai gūtu enerģiju, brauc ar velosipēdu uz mežu, kur izstaigājas abas ar Redu. Ir atradusi jaunu brīvā laika pavadīšanu – veido gleznas no kristāliņiem, kas atgādina mazus dimantiņus.

Pietrūkst biežpiena un silķes

Sanita atklāj, ka dāņi ir ļoti smaidīgi un nesteidzīgi, pat sveši cilvēki sveicinās un smaida. "Latviešu Dānijā ir daudz – gan tādu, kas jau gadiem te dzīvo un strādā, gan tādu, kas ir atbraukuši uz laiku pastrādāt. Nesen veikalā bija kuriozs, kad man neņēma aparāts preti karti, es pie sevis latviešu valodā šķendējos, un pēkšņi sieviete blakus man sāka runāt

latviski! Tā kā arī citā zemē latviešu valoda nav sveša! Man reizēm grūtības sagādā valodas barjeras (sazinās angļu valodā), bet mūsdienu sabiedrībā ir 'Google tulkotājs', kas palīdz novērst visas neskaidrības. Dāņu valoda ir grūta Ziemeļvalstu valoda. Ja redzu uzrakstītus vārdus, saprotu, bet tos izrunā pavisam citādāk nekā raksta, un tā man vēl ir *tumša bilde*. Lielākais mīnuss ir tas, ka mani vismīļākie cilvēki nav blakus. Jau pusgadu neesmu apskāvusi savus bērnus, tās ir manas kvēlākās ilgas, kas drīz piepildīsies, jo viņi lidos ciemos pie manis uz Dāniju. Vai atgriezīšos Latvijā? Nezinu! Sirds ļoti sāp par to, kas šobrīd notiek Latvijā! Par tukšajiem Latvijas laukiem, par skolu slēgšanu... Ļoti ceru, ka ar laiku viss būs labi, ka dzīvosim mierā un ieklausīsimies cits citā!" teic bijusi Krišjāņu bibliotēkas vadītāja. Runājot par peļņas iespējām Dānijā, viņa atzīst, ka strādājot var labi nopelnīt. Turklāt Dānija ir viena no valstīm, kur ir sava nauda – Dānijas krona. Sanita strādā tikai dažas stundas dienā un saņem aptuveni to pašu algu, ko Latvijā, strādājot katru dienu 8 stundas. Lai arī veikalos pārtika ir diezgan dārga, pārsvarā var iegādāties dāņu produktus. Tas, kā latvietei veikalos pietrūkst, ir biežpiens un sālīta silķe, tāpēc tos dodas iegādāties uz Vāciju.

Kad kādās mājās ir svētki, piemēram, dzimšanas diena, piedzimis bērniņš, kāzas, tad dāņi, kā ievērojusi Sanita, uzvelk savas valsts karogu mastā vai pie ieejas durvīm, vārtiem liek nelielus karodziņus. Arī, kad nomirst cilvēks, velk karogu, tikai – puzmāstā. Apaļās jubilejās krāso un apzīmē lielas metāla mucas, uz kurām uzraksta attiecīgo gadu skaitli. Mucas novieto pie mājas vai vārtiem. Vēl ir novērots, ka pie mājām, kurās piedzimis bērniņš, liek dekoratīvo stārķi ar lentīti knābī (ja puika – lentīte zila, ja meitene – sarkana). Turklāt Dānijā var piedzīvot dabas fenomenu – Melno sauli! Tas vairāk ir novērojams rudenī, kad migrējošie strazdi pulcējas baros, barojas un atpūšas pirms nākamā pārlidojuma uz ziemošanas vietām. Kad strazdi mēģina nolaisties, vakaros pirms saules rieta viņi dejo un veido kustīgas figūras. Tos putnu barus, kas pirms saules rieta dejo, arī sauc par Melno sauli, jo viņi it kā brīžiem aizsedz sauli.

**Piknikā pie Baltijas jūras.**

Dāniju apskalo divas jūras: Baltijas un Ziemeļu.

Ziemeļu jūra no Spandetas atrodas 30 km, Baltijas – apmēram 50 km attālumā. Dānijā daba, gaiss un putnu balsis jau

pilnā sparā atgādina, ka ir atnācis ilgi gaidītais pavasaris.

Lappusi sagatavoja A.Socka

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Noslēdzies Balvu novada čempionāts telpu futbolā



Triumfē “Balvu Sporta centrs”

Vārds čempionāta galvenajam tiesnesim

JĀNIS ZAKARĪTS čempionātā spēlēja gan komandas “Veterāni” rindās, gan arī bija “Balvu Valsts ģimnāzijas” treneris un sacensību galvenais tiesnesis. Kā vērtē aizvadīto turnīru? “Bumba ir apaļa, un ikviena spēle sākas ar rezultātu 0:0. Kādai komandai paveicās vairāk, citai – ne tik ļoti, bet čempionāts noteikti bija interesants un ar savu konkurenci, ko parāda arī turnīra rezultāti. Domāju, to īpaši novērtēja arī skatītāji, jo līdzjutēju tribīnes bija piepildītas, bet spēlētāji parūpējās par rezultatīvām izslēgšanas spēlēm, nebija bezvārtu neizšķirti un kopumā netrūka vārtu biruma. Čempionāts telpu futbolā notiek jau ne pirmo gadu. Liels paldies katrai komandai par dalību turnīrā. Liels prieks arī par jauno Balvu futbolistu paaudzi un viņu sasniegto. Nākamgad centīsimies turnīru noorganizēt vēl aizraujošāku, iespējams, padomājot arī par kādiem konkursiem. Uz tikšanos!

Ar skatītāju pārpildītām tribīnēm noslēdzies “Ziemeļlatgales Sporta centra” organizētais Balvu novada atklātais čempionāts telpu futbolā, kurā par uzvarām cīnījās septiņas komandas. Kā ierasts, spraigu cīņu netrūka visa turnīra garumā, bet kā odziņa uz tortes bija čempionāta izslēgšanas mači.

Jau *play-off* cīņu pats sākums parādīja, ka izteiktus favorītus, pat meklējot ar uguni, nesameklēt, jo kādai no vienībām jau priekšlaikus piešķirt visspēcīgākās komandas titulu nevarēja. Proti, pirmajā pusfinālā par īstiem futbola svētkiem parūpējās

1.vieta!



“Balvu Sporta centrs”. Komandas kapteinis Aleksandrs Šņegovs pateicas čempionāta organizatoriem un dalībniekiem par lielisko Balvu novada čempionātu. Savukārt kopumā aizvadīto turnīru A.Šņegovs vērtē ar plus zīmi. Galvenokārt jau tādēļ, ka čempionāta tabulā starp komandām bija tiešām sīva konkurence, kā arī prieks par to, ka tribīnes bija piepildītas ar skatītājiem. “Mazliet pietrūka čempionāta statistikas publicēšanas, kā arī pēc Covid-19 pandēmijas radītajiem ierobežojumiem ir samazinājies turnīra dalībnieku skaits, taču turēsim ikšķus, lai tas atgriežas iepriekšējā līmenī. Kā galvenie iemesli mūsu komandas uzvarai noteikti jāmin ilggadējā pieredze izšķirošajā turnīra fāzē un tas, ka komandas kodols bijis nemainīgs ilgu gadus, līdz ar to esam ne tikai komanda, bet arī draugi. Protams, nevar piemirst arī spēlētāju individuālo meistarību. Kā jebkurā turnīrā, arī šajā čempionātā neiztik bez veiksmes faktora. Citām komandām mazliet nepaveicās, bet īpaši vēlos izcelt jauniešu komandu “Balvi”, kura ar savu sniegumu ne tikai palielināja skatītāju interesi turnīram, bet arī bija ciets rieksts pārējām turnīra komandām. Tomēr finālspele pret Balvu jauniešu komandu mēs spējam atrast pareizo uzvaras recepti,” gandarīts par aizvadīto turnīru ir A.Šņegovs.

Rezultatīvākais spēlētājs – Vadims Šņegovs. Pēc čempionāta noslēguma futbolists atzina, ka šis turnīrs vienmēr bijis neatņemama viņa dzīves sastāvdaļa, kas neizpalika arī šogad: “Kā jau katru gadu, spēlēju kopā ar “Balvu Valsts ģimnāzijas” komandu un uzskatu, ka čempionāta plāns izdevās. Manuprāt, spēlētājiem, kuri nedzīvo Balvos, bija samērā viegli atbrīvot laiku, lai atbrauktu un palīdzētu savai komandai. Un tas bija ļoti svarīgi, jo čempionātā konkurence šogad bija īpaši manāma. “Balvu Valsts ģimnāzija” turnīra pirmo posmu, kad komandām bija savstarpēji mači, aizvadīja nepārspēti un līdz pat finālspeļēm mūs nepameta uzvaras garša. Un, neskaitot veiksmi, kas kalpoja mūsu pretiniekiem finālspeļēs, tas arī bija viens no iemesliem, kāpēc čempionāta medaļu ieguvējos nebija redzami ģimnāzijas spilgti zaļie krekli. Ja komandas attieksme būtu tikpat

nopietna, cik tā bija turnīra sākumā, tad mēs noteikti būtu ar medaļām kaklā! Rezultatīvākā spēlētāja balvas saņemšana ir patīkama, bet tā noteikti neremdēja 4.vietas iegūšanas rūgtumu. Pats piedalos arī futbola čempionātos Rīgā, kur spēles līmenis mazliet atšķiras, bet spēlētāju degsme un emocijas ir nesalīdzināmas. Ar nepacietību gaidām nākamā gadu, lai ir iespēja pierādīt, ka šis sezonas čempionāts telpu futbolā bija lieliska mācība!”

Čempionāta nominācijas

Labākais vārtsargs – VIESTURS PIPCĀNS (“Balvi”)

Labākais aizsargs – SANDIS LOCĀNS (“Balvu Sporta centrs”)

Rezultatīvākais spēlētājs – VADIMS ŠŅEGOVS (“Balvu Valsts ģimnāzija”)

Komandu labākie spēlētāji

EGILS LIELBĀRDIS – “Balvu Sporta centrs”

DANILS ALEKSEJEVS – “Balvi”

RAIVO KAULAKANS – “Alūksne”

ŅIKITA KOKOREVIČS – “Balvu Valsts ģimnāzija”

VALĒRIJS SIRCOVS – “Zidāni”

VITĀLIJS SEĻAVINS – “Veterāni”

EGONS LOČMELIS – “Baltinava”

Ingusa Zaharāna trenētās komandas “Balvi” jaunieši, kuri ar rezultātu 4:3 apspēlēja regulārā turnīra uzvarētājus “Balvu Valsts ģimnāziju”. Turklāt uzvaras vārti un panākums visā mačā tika izrauts spēles pēdējā minūtē! Savukārt otrajā pusfinālā mača spēkiem futbola laukumā mērojās “Alūksnes” un “Balvu Sporta centra” futbolisti. Vispirms vadībā izvirzījās mūsu kaimiņpilsētas kājbumbas meistari, spējot noturēt vadību visu pirmo mača puslaiku. Tomēr spēles turpinājumā, pretinieku sargātajos vārtos raidot divas bumbas, “Balvu Sporta centrs” tomēr uzvarēja ar rezultātu 2:1 un iekļuva finālā.

Līdz ar to mačā par 3.vietu tikās “Balvu Valsts ģimnāzijas” un “Alūksnes” komandas, kuras tikpat labi varēja mēroties spēkiem arī finālā. Tomēr ne šogad, un neveiksmju sērija turpinājās “Balvu Valsts ģimnāzijas” futbolistiem, kuri atkal izvirzījās vadībā, bet pārsvaru nosargāt nespēja un ar rezultātu 4:3 piekāpās alūksniešiem. Savukārt lielajā finālā, kurā tikās “Balvi” un “Balvu Sporta centrs”, lielu lomu nospēlēja pieredze. “Balvu Sporta centra” futbolisti diezgan droši kontrolēja spēles gaitu un ar rezultātu 5:2 apspēlēja čempionāta lielākā pārsteiguma autorus no komandas “Balvi”.

2.vieta!



“Balvi”. Komandas treneris Ingus Zaharāns stāsta, ka šīs vienības, kuras spēlētāju vidējais vecums ir tikai 15 gadi, galvenā panākumu atslēga ir regulāri kopīgi treniņi. Protams, arī jaunības azarts un laba fiziskā sagatavotība. “Kādēļ finālā neizdevās apspēlēt “Balvu Sporta centru”? *Izdegām*, jo vēl neesam tik ļoti gatavi psiholoģiski. Tomēr kopumā ar komandas sasniegto rezultātu esmu ļoti apmierināts. Paldies puīšiem par parādīto sniegumu un atdevi!” gandarīts ir treneris. Jāpiebilst, ka I.Zaharāns čempionātā bija ne tikai komandas “Balvi” treneris, bet vienlaikus arī “Balvu Sporta centra” spēlētājs. Turklāt abas komandas tikās savstarpējā mačā lielajā finālā! I.Zaharāns uzsver, ka pret savas trenētās komandas spēlētājiem nekad nedodas laukumā un necinās, tādēļ finālmačā bija kopā ar saviem audzēkņiem. Komandas kapteinis ir Kristofers Pušpurs.

3.vieta!



“Alūksne”. Komandas treneris ir Mārtiņš Meisters, bet Raivo Kaulakans, kuru atzina par vienības labāko spēlētāju, stāsta, ka komanda šajā turnīrā piedalās jau vairākus gadus: “Vienmēr, cik nu kuram atļauj laiks un iespējas, ir prieks atgriezties un uzspēlēt čempionātā. Turnīrs katru gadu ir ļoti aizraujošs, spēles – saspringtas, un nekad nevar paredzēt, kāds būs maču iznākums. Ņemot vērā, ka komandas ir ļoti spēcīgas un līmenis starp tām ir ļoti līdzīgs, citkārt tieši veiksmes faktors nospēlēja lielu lomu galarezultātā. Kas attiecas uz “Balvu Sporta centru”, viņi ir malači. Komandai nepaveicās iepriekšējos gados, bet šogad nospēlēja godam un visā turnīrā izcīnīja uzvaru. Jāteic, mums tieši ar “Balvu Sporta centru” vienmēr ir aizraujošas spēles un katru reizi arī citādāks maču iznākums. Protams, arī nākamgad ar lielāko prieku piedalīsimies šajā turnīrā. Paldies čempionāta organizatoriem, kuri parūpējās, lai katru gadu būtu divi aizraujoši čempionāta mēneši, kurus pavadīt Balvos.”

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Latvijas zaļākie pagasti, pilsētas un lauku ražotāji

Līderu godā celts arī Balvu novads

Latvijas Bioloģiskās lauksaimniecības asociācija izveidojusi interesantu administratīvo teritoriju BIO TOP 500 pēc bioloģiski sertificētās lauksaimniecības zemes platības. Tajā starp pagastiem līderos ir Rankas un Ošupes pagasti, zaļākās pilsētas ir Salacgrīva un Ainaži, bet par pašu zaļāko uzskatāms Madonas novads. Arī Balvu novads izpelnījies līdera pozīciju.

Vide saimniekošanai un dzīvošanai

Kamēr Latvijā vidēji 17% lauksaimniecībā izmantojamās zemes apsaimnieko bioloģiskie lauksaimnieki (296,6 tūkst. ha), *topa* līderis – Madonas novads – ir ne tikai zaļākais Latvijā pēc bioloģiski sertificētās lauksaimniecības zemes īpatsvara – 37%, bet arī pēc platības – 26,6 tūkst. hektāru. Tālāk seko Ludzas novads ar 36% (18 tūkst. ha) un divi novadi ar līdzvērtīgu bio zemes īpatsvaru (33%), bet atšķirīgām platībām: Alūksnes novads (20,8 tūkst. ha) un Cēsu novads (17,3 tūkst. ha). Piektajā vietā starp zaļākajiem novadiem ierindojas Gulbenes novads ar 32% (12,8 tūkst. ha).

Savukārt Balvu novads ir līderis ar 295 bioloģiski sertificētām saimniecībām, kam seko Preiļu novads ar 270. Zaļākā pagasta godu pēc bioplatības izpelnījies Rankas pagasts Gulbenes novadā, bet pēc platības – Ošupes pagasts Madonas novadā. Zaļāko pilsētu godā celtas Ainaži un Salacgrīva.

Bioloģiskās lauksaimniecības asociācijas vadītājs Gustavs Norkārklis vērtē, ka novadi un pagasti ar lielāku bioloģiskās lauksaimniecības zemes īpatsvaru ir nozīmīgi ne tikai kā teritorijas, kur cilvēka saimnieciskā darbība ir līdzsvarā ar dabu, bet arī kā ļoti pievilcīga dzīvēstelpa.

BIO TOP novadi pēc bioloģiski sertificētās lauksaimniecības zemes platības īpatsvara:

- ♦ Madonas novads 37%;
- ♦ Ludzas novads 36%;
- ♦ Alūksnes novads 33%;
- ♦ Cēsu novads 33%;
- ♦ Gulbenes novads 32%;
- ♦ Limbažu novads 30%;
- ♦ Balvu novads 28%;
- ♦ Krāslavas novads 28%;

(Lauku atbalsta dienesta ziņas)

Ne visi vēlas afišēties

Ja reiz Balvu novads ir līderis bioloģiski sertificēto lauku saimniecību skaita ziņā, tad šādas saimniecības mūsu pagastos ir un darbojas. Kādas ir galvenās ražošanas nozares, ar ko nodarbojas šie saimnieki un vai vietējie dzīvo *zaļi*, – jautāju vairāku vietējo pagastu vadītājiem.

➤ Tilžas pagasta pārvaldes vadītāja ANNA BĒRZIŅA ir apkopojusi informāciju un izsaka prieku, jo Tilžas pagastā ir 11 saimniecības, kurās bioloģiski audzē gaļas liellopus. Kopā, domājams, varētu būt vismaz 400 lopī. Četrās saimniecībās ir izvērstas bioloģiskā piensaimniecība. Trīs ir bioloģiskās bišu saimniecības, viena – aitkopības saimniecība. Aizvadītā sausā vasara visiem lauksaimniecībā nodarbinātiem bija īsts pārbaudījums, taču līdz rudenim lopiem barība tika sagādāta. Rudenī lopbarībai gatavoja arī salmus, un neviena lauku saimniecība nelikvidējās. “Vislielākais pārbaudījums droši vien ir piensaimniekiem, jo lopbarības izmaksas ir augstas, bet piens cenas – zemas. Ceru, ka tilženieši šo smago gadu izturēs un piensaimniecību nepārtrauks,” saka vadītāja. Pagastā vēl ir arī nelielas bioloģiskās platības, kurās audzē graudus, iespējams, pašu lopkopības vajadzībām. Pārvaldniece uzskata, ka Tilžas pagasts lielākoties ir zaļi domājošs.

➤ Savukārt Bērziņu pagasta pārvaldniece BIRUTA BOGDANE spriež, ka viņu pagastā praktiski vairs nav graudaudzētāju, kuri saimniekotu bioloģiski, jo zināms, ka lielākā daļa šīs nozares saimnieku izmanto ķīmiskos augu



✓ Iedzīvotāji administratīvajās teritorijās, kur ir lielas bioloģiski sertificētās zemes platības, var lepoties ar nepiesārņoto lauku vidi sev apkārtnē.

aizsardzības līdzekļus. Starp gaļas un piena lopu turētājiem vairāki varētu būt arī bioloģiskie. Paši ganāmpulku īpašnieki sarunās izteikušies, ka tagad ir stingras prasības, lai izpildītu bioloģisko saimniekošanu un iegūtu sertifikātu. Notiek arī saimniecību kontrole, jāiziet apmācību kursi. Ir zemnieki, kuri gaida saistību beigas un priecājas, kad tās beidzas, jo vairs nevēlas turpināt bioloģisko ražošanu, lai arī ir iespēja saņemt lielākus atbalsta maksājumus.

➤ Viksnas pagasta pārvaldniece DZINTRA PIPCĀNE atzīst, ka pagastam nav konkrētas informācijas ar uzskaiti par bioloģiskajiem ražotājiem. Viņas vērojumi, ka

ir saimnieki, kuri nevēlas atklāt informāciju, vai viņi ir bioloģiskie ražotāji, vēl citiem jau beidzies uzņemto saistību izpildes termiņš. Pārvaldniece priecājas par lielākajiem lauku uzņēmējiem, kuriem ir gaļas lopu saimniecības, un pieļauj, ka tie ir bioloģiskie ražotāji. Iespējams, tādi ir arī graudaudzētāji. Pārvaldniece uzsver, ka pagastā vairums platību ir apsaimniekotas un atrodas kāda īpašumā, jo brīvu zemju nav, ja nu kaut kur atrodami vien nelieli zemes pleķīši.

Informācija ir jāmeklē

Vairāki laikraksta uzrunātie pagastu vadītāji bilda, ka pagastos nav pieejama informācija par viņu teritorijās esošajiem bioloģiskajiem ražotājiem. Arī LLKC Balvu biroja vadītājs teica, ka dienestam nav atsevišķas šādas informācijas. Tādas ziņas ir speciāli jāmeklē un jāapkopo. Ivars Logins, atbalstot laikraksta lūgumu, atsūtīja saiti saziņai, kas ļāva iepazīties ar institūcijā “Vides kvalitāte” reģistrētajiem bioloģiskajiem ražotājiem, kas reģistrējušies šeit un realizē savu produkciju. Starp vairāk nekā 1170 Latvijas novadu dalībniekiem te var atrast arī Balvu novada ražotājus. Vairums no viņiem audzē liellopus, sēj graudus, arī griķus, zirņus vai pupas. Citu piedāvājumu ir kartupeļi, medus, tējas zāļi, kādam – arī olas vai vēl kas cits. Jaunākie šajā institūcijā reģistrētie ražotāju iestāšanās datumi ir ar 2021., 2022. gadu.

Publiskojam nelielu izvilkumu no institūcijas “Vides kvalitāte” sertificēto uzņēmumu Bioloģiskās lauksaimniecības shēmas dalībniekiem:

SIA “Zelču Duorzis” – Šķilbēni – burkāni, bietes, kartupeļi, kabači u.c.

IK “Kārlis Mieriņš” – Susāji – liellopi

Z/S “Jākupāni” – Šķilbēni – aitas

Z/S “Lagūna” – Šķilbēni – kartupeļi

Z/S “Jūsmiņi” – Balvu n. – piens, graudi, liellopi

Z/S “Pakalni” – Medņeva – liellopi, piens

Z/S “Jaunā Odumova” – Balvu n. – liellopi, graudi

SIA “VITAI” – Balvu n. – zirņi, griķi

Z/S “Pļaviņas” – Lazdukalns – āboliņš, asinszāle, pelašķi u.c.

Z/S “Druva” – Rugāji – medus

Dainis Ulnciāns – Baltinava – griķi, pupas, linsēklas, kartupeļi, soja

IK “Mieriņš un dēli” – Susāji – olas

SIA “E Sagro” – Balvu n. – griķi

Z/S “Auseklji” – Krišjāni – liellopi

Z/S “Stiebrīni” – Viksna – liellopi

Atgriežoties pie publicētā

Pauze pirms iespējamās vētras

Lasītājus jau vairākkārt informējām par Latvijas lauksaimnieku protesta akciju un prasībām, ko lauksaimnieku vārdā izvirzījusi biedrība “Zemnieku saeima” ar galveno protesta akciju virzītāju JURI LAZDIŅU priekšgalā. Kāds ir šī brīža galvenais uzdevums?

Biedrības “Zemnieku saeima” valdes priekšsēdētājs Juris Lazdiņš uzsver, ka šī brīža galvenais uzdevums ir risināt Latvijas iekšējās problēmas, aizstāvēt savas valsts lauksaimnieku intereses, taču vienlaikus biedrība atbalsta Austrumeiropas valstu lauksaimnieku protestus, jo ir problēmas, kas vieno visu Eiropas valstu lauksaimniekus, piemēram, Kopīgās lauksaimniecības politikas vienkāršošana un birokrātijas mazināšana.

Jau vairākkārt biedrība teikusi, ka notiekošie lauksaimnieku protesti nav vienas dienas pasākums. “Ja gadiem ilgiem sāpju augonis ir gatavojies, tas jebkurā gadījumā vienā dienā sprāgs. Šobrīd tas notiek! Latvijā, Lietuvā, Polijā, Slovākijā, Čehijā, Rumānijā, Itālijā, Vācijā, Francijā, Beļģijā, Spānijā un citur. Ir arī katras valsts lauksaimnieku problēmas. Mūsu galvenais uzdevums ir risināt iekšējās problēmas, aizstāvēt savu lauksaimnieku intereses! Tāpēc turpinās intensīvas sarunas ar Latvijas politiķiem un vairāku ministriju pārstāvjiem, diskutējot par prasībām, kas skar tieši mūsu lauksaimniekus,” stāsta J.Lazdiņš.

Latvijas lauksaimnieku viennozīmīga nostāja un apņemšanās ir panākt pozitīvu sarunu rezultātu ar lēmuma pieņēmējiem, tāpēc šī brīža situāciju Latvijā J.Lazdiņš raksturo kā pauzi pirms potenciālas vētras. Tas nozīmē, – ja sarunu rezultāts būs negatīvs, Latvijas lauksaimnieku strikta apņemšanās ir doties uz Rīgu. Vai tas patiešām notiks, ir atkarīgs no Latvijas politiķiem.

Kas lauksaimniekus dara uzmanīgus? Bija paredzēts, ka ceturtdien, 15.februārī, Saeima skatīs likumprojektu “Par aizliegumu noteikt Krievijas Federācijas un Baltkrievijas Republikas lauksaimniecības produktu nonākšanai Latvijā tirgū”. Tas nenotika. Bija arguments – notiek “kvalitatīva likumprojekta sagatavošana”. Atliek gaidīt nākamo nedēļu un cerēt, ka balsojums būs pozitīvs. Paralēli lauksaimnieki tiek ar ministriņām, lai diskutētu par pārējo prasību izpildi. Piemēram, ar VARAM par lauksaimnieku prasību 5.punktu “Atteikties no nacionāla līmeņa zemes lietošanas ierobežojumiem”.

Vienlaikus J.Lazdiņš vērs uzmanību tam, kas notiek, piemēram, Nīderlandē. Lauksaimniekiem atsevišķos reģionos vairs nav atļauts būvēt dzīvnieku novietnes, zemei tiek uzlikti jauni ierobežojumi un atsevišķām saimniecībām piedāvā likvidēties, mēģinot saimniekus uzpirkt ar “kompensāciju”, kas ne tuvu nesedz saimniecības vērtību. “Šādas privātpašuma ierobežojumu iedīgļus redzam arī Latvijā, tāpēc mums ir svarīgi mācīties no Rietumeiropas, savlaikus izstrādājot normatīvo regulējumu, kas neļautu pieņemt populistiskus, zemes izmantošanu ierobežojošus lēmumus, ja tiem neseko finansiāls segums,” uzskata J.Lazdiņš.

Konkurss aizrautīgiem bērniem

Lai iepazītu laukus un dabu

Organizatori izziņo konkursa “Šodien laukos” 9.sezonu! Konkursa pirmajā posmā var piedalīties skolēni vecumā no 12 līdz 16 gadiem, startējot individuāli vai arī klases kolektīva sastāvā. Konkurss ir acinājums tiem, kurus aizrauj piedzīvojumi, lai uzzinātu par Latvijas skaisto dažādību laukos, mežos un ūdeņos, lai dotos dabā un pildītu dažādus uzdevumus.

Pieteikties dalībai konkursā var visā tā norises laikā. Konkursa noslēgumā trīs labākie individuālie dalībnieki un trīs veiksmīgākās klases vai kolektīvi saņems vērtīgas balvas. Pirmais posms notiks līdz 30. maijam. Šajā laikā dalībniekiem būs iespēja pildīt uzdevumus par lauksaimniecības, mežsaimniecības un zivsaimniecības tēmām. Konkursa noslēguma pasākumā būs iespēja aktīvi piedalīties un iegūt papildpunktus.

Dalībnieku iesūtītos darbus vērtēs un lielāko punktu skaita ieguvējus apbalvos ar vērtīgām balvām. Pieteikšanās konkursam: <https://forms.gle>. Uz visiem jautājumiem atbildēs e-pastā: sodienlaukos@llkc.lv

Lappusi sagatavoja M.Sprudzāne

Lai pirti varētu baudīt veselīgi

Trīs “pirts vaļi” – temperatūra, mitrums un laiks

Skaidrīte Gugāne

Cilvēkam, kura īpašumā ir pirts vai kurš sevi uzskata par pietiekami pieredzējušu pirts zinībās, iespējams, ir izveidojušies savi uzskati un domas, kā tad pareizi jāiet pirti. Tomēr ne velti arī pirtnieki, tāpat kā citu jomu speciālisti, turpina izglīties un uzzina daudz jauna. Arī ‘parasts’ cilvēks, kuram interesē šīs jomas aktualitātes, ik pa laikam rodas iespēja interneta vidē pieteikties un noklausīties bezmaksas seminārus, vien pašam jāseko līdzī jauniešiem un jāpiesakās. Šoreiz atspoguļosim pirts zinību pasniegšanu – profesionālas pirtniecības ELINAS ZVIRBULES, grāmatas “30 padomi, kā pareizi iet pirti” līdzautoros – stāstīto, lai paši sev atgādinātu sen zināmo vai uzzinātu ko jaunu.

Kā pareizi iet pirti?

Vārds ‘pareizi’ katram cilvēkam nozīmēs ko atšķirīgu, jo katrs esam citādāks. Svarīgākais ir izbaudīt pirti iešanas mirkļus, jo tajā neejam taču uz piecām minūtēm. Svarīgāk ir apzināties pieļautās kļūdas un saprast, kā no tām izvairīties, kā radīt patīkamu klimatu pirtī... “Doties pirti gluži bez priekšzināšanām nav īpaši gudra doma,” teic E.Zvirbule, “jo neviens taču neiet uz dejām vai latviešu dziesmu svētkiem, neko par to nezina un neprotot!” Vai zinājāt, ka vismaz 70% cilvēku ir problēmas ar svišanu, kas pirti ir ļoti svarīga? Daudzi nespēj atslābt jeb atbrīvoties pirtī, un kādi tam varētu būt iemesli; vismaz 80% cilvēku iet pārāk karstā pirtī... Uz šiem jautājumiem mēģināsim rast skaidrojumu.

√ Pirts apmeklējums balstās uz trīs “pirts vaļiem” – temperatūru, mitrumu un laiku.

Temperatūra

Pirtiece E.Zvirbule atgādina, ka pirts temperatūra istā lauku pirtī visu laiku mainās, jo tā nav sauna. Tāpat pirts dažādos stūros temperatūra atšķirsies: augstāk – tā būs augstāka, tuvāk krāsniņai – tā būs vēl intensīvāka, kaut kur zem lāvām vai pie ventilācijas lūkas – tā būs zemāka. Protams, temperatūras rādījumam ir būtiska nozīme, un ieteicamais pirts apmeklējums ir jāsāk ar 50–60 grādiem, jo, ja pirts procesu ceļ virs 75–80 grādiem, visticamāk, ķermenis to izjutīs kā milzīgu stresu un nekāda atpūta, relaksācija nesanāks. Protams, kāds pirti varbūt dodas ar mērķi savu organismu pārbaudīt, līdz ar to viņš sevi iedzen ekstrēmā karstumā, tad ekstrēmā aukstumā, un sanāk tāds ‘vau’ efekts, – atzīst E.Zvirbule. Nereti gadās, ka, ejot pirti lielākā kompānijā, vienmēr gadsies kāds aktīvistis, kurš uzvedīsies skaļi, kuram vajadzēs augstu temperatūru, lielu ūdens daudzumu, kurš sēdēs pirtī pēc iespējas ilgāk, bet šis nav tas mērķis, pēc kā būtu jāiet, apmeklējot pirti.

Pirtiece E.Zvirbule atzīst, – viņas pieredze liecina, ka nav vajadzības celt pirts temperatūru virs 70 grādiem, jo tas ievēd cilvēku pilnīgi citā stresa režīmā. Ja cilvēks ir jauns, vesels, stiprs, organisms ir trenēts, viņš, protams, nejutīs šos augstos grādus, tomēr nekādu lielu prieku tas nesniegs, ja nu vienīgi kā sāncensību, – o, es viņiem parādīju, es to izdarīju! Kad cilvēks kļūst vecāks – 30, 40, 50 gadi, tas vairs nav stāsts par bravūru, tomēr daudzi inerces pēc turpina šo bravūru pārnest viens uz otru. Tāpēc par temperatūru ir jāatceras – patīkams siltums ļauj atslābt un tas ienāk organismā iekšā; ja organisms saspringst, siltums iekšā netiks un nekas labs neiznāks. Ir bieži dzirdēts teiciens: “Ejam pakarsēties!” Tomēr jāatceras: ja jums kādā brīdī paliek par karstu, tad tiešām ir par karstu, jo šī siltuma sajūta organismā iet palēnām un līdz smadzenēm informācija vēl nav nonākusi, šis process vēl turpinās... Līdzīgi ir ar ēstgribu: es ēdu, ēdu, ēdu, bet ir nedaudz jāapstājas, jo, tikmēr ēdiens aiziet līdz barības vadam un, iespējams, turpina vēl nākt... Tad nu šeit ir tā māksla apstāties, pirms ir par daudz. Un, ja ir pirmā sajūta, ka jāiet ārā, tad ir jāiet ārā! Un otrs, kas jāatceras, – vienmēr atstājam mazu rezervīti, lai siltuma iedarbības nebūtu par daudz. Jo, ja tiek pārkarsēta pirts, cilvēki pārkarsē sevi, samet par daudz garu; ir pirts, kur ūdens sāk kondensēties un pilēt, kas ir ļoti nepatīkami; ja pārāk daudz nodarbojas ar ūdens procedūrām un šķakstās – arī tas ir ļoti nepatīkami, kad tev uzpīl; sēž, kamēr var un vēl ilgāk. “Jāatceras, ka karstā pirtī cilvēki nesvīst!” vairākkārt

√ Ja tu būsi labs draugs savam draugam, tad viņš tevi uz pirti aicinās.

Pagatavo skrubi pats!

3 ēd.k. parastās rupjās vārāmās sāls, 3 ēd.k. sodas. Visu vienmērīgi samaisa. Šo maisījumu uzkaus uz muguras (uz sausa ķermeņa). Tad uz pusēm pārgriež greipfrūtu un sāk ar to masēt muguru, uz kuras uzbērts sāls-sodas maisījums. Tas ir dabisks, putojošs skrubbis, kā rezultātā āda tiks tonizēta, telpa piepildīsies ar fantastisku aromātu.

Var skrubēt tikai ar sāls-sodas maisījumu, tad šādā gadījumā to kļāj uz mitras muguras.



Lauku pirts. Mājīga un jauka pirts, celta pašu rokām, kur patīkami attīrīt miesu un garu, kā arī veldzēties blakus esošajā diķī, ir lazdukalnietim Dainim Maslovskim.

uzsvēra pirtiece. Būdami jauni un pārgalvīgi, cilvēki mēdz apdedzināt ādu un gļotādu, piemēram, ausis. Kad cilvēks vairs nav jauns un ir kādas veselības problēmas, to izjūt ļoti izteikti – rodas galvassāpes, smaga galva, paliek auksti, jo radies karstuma dūriens, paliek grūti... “Nevajag mēģināt pirti pārbaudīt savu izturību, jo ikdienā mums jau tāpat pietiek stresa! Tāpat tā nav ciņa starp jums un pirti, kurš ilgāk izturēs vai kurš kuru izvēpēs no pirts laukā – es pirti vai pirts mani,” iesaka E.Zvirbule.

√ Par temperatūru ir jāatceras: patīkams siltums ļauj atslābt un tas ienāk organismā iekšā; ja organisms saspringst, siltums iekšā netiks un nekas labs neiznāks.

Mitrums

Mitrums ir otrs ļoti svarīgs pirts rādītājs, kas maina to, kā mēs jutamies. Mēs varam variēt ar temperatūru un mitrumu... Piemēram, mēs ikviens, ieslēdzot telefonu, varam apskatīties, cik ārā ir grādu – -3, -5... Bet tad izejam ārā un sajūtam, cik ir patiesībā – tie ir -10, -15... Tas tāpēc, ka pie mums ir mitrs klimats. Tādējādi mitrums var ietekmēt abos virzienos: tur, kur ir silts, šķiet karsts; tur, kur ir auksts, šķiet, ka ir vēl aukstāks, pat stindzinošs aukstums. Tātad mitrums liek temperatūrai mainīties arī pirtī: ja jūs uzmetīsiet gariņu, jums šīs sajūtas būs intensīvākas.

Ja jums savā pirtī ir mitruma mērītājs un ir iespēja salīdzināt, tad temperatūrai grādos un mitrumam procentos kopumā vajadzētu būt maksimāli 120, tomēr baudai, relaksācijai E.Zvirbule iesaka to samazināt uz 110. Ja pirtī nav mitruma mērītāja, arī nekas traks, tad ir jāpaļaujas uz savām sajūtām. Ja jūti, ka kaut kas nav riktīgi, bet pirti apmeklē kopā ar vecajiem bukiem, kuriem ir sava pārlicība, ka viņi vienmēr tā ir darijuši, ka viņu tēvu tēvi tā ir darijuši un ka tā ir pareizi, patiesībā tā nav – ir jādodas ārā! Tā ir vieta, kur savienojas gars un ķermenis harmoniskā kombinācijā, lai jūs būtu saskaņā, harmonijā ar apkārtni pasauli. Pirtī būs viegli elpot, ja samazināsit temperatūru un mitrumu.

√ Pirti būs viegli elpot, ja samazināsit temperatūru un mitrumu.

Laiks

Atrodieties pirtī, laiks ir ļoti būtisks. Ko parasti dara cilvēki, dodoties pirti? Pirmo reizi viņi ņem visgarāko laiku – 20–30 minūtes... Bet pirtiece E.Zvirbule iesaka katru pirts piegājienu nevilkt ilgāk par 15–20 minūtēm, un pirmajam piegājenam būtu jābūt līdz pirmajam sviedriņam. Jo jutīgāka ir veselība, jo maigāku pirti vajag. Jo ir vairāk trauksmes, jo vairāk satraukuma, jo vājāka sirsniņa, nepieciešama maigāka un īsāka pieeja iešanai pirti. Nav jācenšas izspiest sev no deguna 17.pili, nav jācenšas skriet dzesēties, ir nepieciešams dabūt sev to foršo sajūtu! Pirmajā reizē pirtiece iesaka taisīt siltās kāju vannas (ja kājas nav iesildītas, organisms pretosies siltuma uzņemšanai).

Cik jums aizņem pirts process kopumā no brīža, kad pirts ir gatava, līdz brīdim, kad izejat no pirts ārā? Protams, pirts laiks katram būs savs... E.Zvirbule: “Svarīgākais – ir nepieciešama sajūta, ka esat ieguvuši tik lielu sajūtu intensitāti no daudzveidības, no aromātiem, no lēnā laika plūduma, it kā mūžību būtu pavadījuši pirtī. No otras puses nevajadzētu pārvilkt šo laiku un pavadīt pirtī 5–6 stundas, ja vien nav īpaši apsvērumi.” Tātad tā var būt stunda, tās var būt 2–3 stundas ar 3–4 piegājieniem: iegājāt, pasildījāties, atpūtāties; iegājāt, pasildījāties, atpūtāties... Svarīgi ir nepazaudēt siltumu, – pēc katras ieešanas pirtī nevajag lekt ūdenī un izteikti dzesēties, jo ļoti svarīgi šo siltumu dabūt līdz kaulam – tā mēs parūpēsimies par asinsriti, par to, lai orgāni tiktu labāk apasiņoti, par limfas plūsmu, kas iznesīs ārā visu sliktu. “Ja cilvēks jūt pirmo organisma pavājinājumu, var iet pirti, izkarsēties, izsvīst, izpērties; ja esat jau sākuši slimot, tad pirts apmeklējums būtu jāizlaiž, jo siltums var nākt slimībai par labu, ne veselībai, jo pirts nav zāles pret visām kaitēm,” piebilst pirtiece. Tātad: temperatūra – mērena, mitrumu pieskaņojam, laiks – pasekojam līdzī un neko neturam, neizturam, neciešam, atstājam rezervīti!

* Turpinājums 7.lpp.

* Sākums 6.lpp.

Pirts apmeklētāju stāsti



Foto - Z. Logina



Foto - Z. Logina



Foto - no personīgā arhīva

Pirts laukos. Par pirti, tāpat kā par ķermeni, ir jā rūpējas, – uzskata Sintija.

Pirts mazdārziņā. “Pirts un aukstumpeldes jau sen ir divi manas veselības stūrakmeņi,” atzīst balveniete Zinaida Logina. Viņa pastāstīja, ka pirms pāris gadiem amatnieks Aldis Voits izgatavoja pirtiņu, kuru Zinaida novietoja savā mazdārziņa teritorijā. Netālu atrodas arī Balvu ezers, un tas ļauj pēc karsēšanās un pāršanās vasarās atveldzēties aukstā ūdenī. “Tā kā dēls ir pirtnieks, vasarās sienam dažādas slotiņas. Manuprāt, pirts galvenais uzdevums ir savest kārtībā elpceļus, atbrīvot muskuļus un attīrīt ādu. Atpūtas pauzēm vēlams pagatavot tēju, piemēram, ziemā – ingvera tēju ar citronu, klāt var pievienot medu, lai labāk svīst. Var lietot skrubjus, piemēram, sāls, sodas vai kafijas, klāt pieliekot gadalaikam atbilstošus augus, ziemā – saberztas skujas. Pati pirtiņai atvēlu 3-4 stundas, tās apmeklējums man ir kā dziedniecisks rituāls, bet nevis vieta, kur mazgāties. Pirts – tā ir bauda miesai un garam, tā sniedz patīkamu relaksāciju,” teic Zinaida.

✓ Ja pirts ir patīkama, nekādas galvassegas nevajag!



Foto - S. Gugiāne

Balvu pirts. Šai ēkai jau ir vairāki gadu desmiti. Atjaunota un izremontēta tā joprojām gaida savus apmeklētājus.

MARUTA, balveniete: – Ar pilsētas pirti Balvos draudzējos kopš agras jaunības, jau gadu desmitiem ilgi. Laika gaitā tai ir mainījušies saimnieki, arī pati ēka un pirtstelpu izskats, bet labi, ka nav zudusi šī publiskā vieta. Pirts – tas ir procedūru komplekss, kura pamatā, protams, ir kārtīga nomazgāšanās. Bet vispirms ķermenis pieprasa kārtīgu izsildīšanos, tā, lai siltums tiek līdz kauliem, līdz karstuma skudriņas sāk durstīt un kļūsti sārts un smuks. Kad esi sevi pieradinājis pie karstā tvaika, tad nedaudz padzesējos, atpūšos un atkal eju uz karsētavu ar pirtsslotu rokās. Tad jau var uzvest riktīgu garu, vislabāk kompānijā ar citām sievietēm, bet, ja viņu tobrīd nav, arī vienam nav slikti. Un tā vismaz reizes trīs, ņemot vērā pašajūtu un sestdienas noskaņojumu. Kad labi izkarsējos, kādu mirkli pastāvu zem aukstas ūdens dušas.

Man patīk, ka pirti var lietot arī skrubjus, paša gatavotus ar zālītēm un sāls maisījumu, var noberzties ar kafijas biežumiem, maskām, ko pēc tam ērti noskalot. Te ir atpūtas telpa, kur var atgūt sirdsritmu un padzert līdzpaņemto tēju vai sulu.

Atceros laiku, kad pirtij bija ļoti daudz apmeklētāju un sestdienās veidojās pat rinda. Tolaik sievietes dienas bija divreiz nedēļā. Tagad ir citādāk. Pirti apmeklē pārsvarā vienas un tās pašas sievietes (par vīriešiem nezinu), kuras katrā nāk savā pēcpusdienas stundā, ir ievērojušas un pazīst viena otru un jūtas tikpat kā privātajā mājvietā. Ir vesela kompānija, kurai, spriežot pēc visa, pirtsdiena Balvu pirti ir sava veida *tusiņš* ar labu relaksāciju un atpūtu. Man ļoti patīk sestdienu pēcpusdienas, kad izbrīvēju laiku pirts procedūrām. Kādreiz iedomājos, – būtu labi, ja saimnieki izdomātu un piedāvātu kādu jaunu pakalpojumu. Varbūt ar laiku tā arī būs. Kādreiz pirti strādāja masiere, bija frizētavas pakalpojums, ko apmeklētāji izmantoja.

Vēl, runājot par pirts tēmu, varu pastāstīt, ka bijusi izdevība kādreiz izmantot profesionālu pirtnieku pārņemšanas pakalpojumu. O, tas ir kas neaizmirstams! Kādā vasaras nometnē bija izdevība izbaudīt pirtnieka pāršanu ar vairākām dažādām slotiņām un tvaika temperatūras paaugstināšanu. Pēc tam sekoja pelde ledus gabaliņos, auksta duša, izsildīšanās un pelde aukstā ūdenī. Tā kā iepriekš nezināju, ko īsti darīs, tad ļāvos. Pēc visa tā bija traki jocīgas sajūtas, it kā cita pasaule, kad nesaproti, kur atrodi un ko dari. Bet bija forši, jo, redz, atceros vēl tagad! Un vispār – es nesaprotu, kā dzīvo tie, kuri neiet uz pirti!

Kādu pirtsslotu izvēlēties?

✓ **BĒRZA**, jo tā lapās ir derīgās ēteriskās eļļas, tanīns, A un C vitamīni. Gaistošās vielas, ko izdala lapas, nogalina slimību izraisošos mikrobus, attīra gaisu, turklāt uzsilstot šīs īpašības tikai pastiprinās. Ja gribat uzlabot ādas krāsu un stāvokli, mazināt izsitumus un grumbas, ja ir plaušu slimības vai smēķējat, ja ir vāja imunitāte, tad izvēlieties bērzu slotu! Bērzu lapu uzlējums palīdz stiprināt matus un izvairīties no blaugznām.

✓ **OZOLA**. Ja ir taukaina āda, iekaisums, ozols, kas ir anti-septiķis, padarīs ādu tīru un maigu. Tāda pirtsslotas rekomendējama hipertoniķiem un sportistiem spiediena samazināšanai,

relaksācijai un nomierināšanai. Pateicoties tanīnam ozolu lapās, pērties ar ozollapu pirts slotu iesaka tiem, kam ir izteikta svīšana.

✓ **LIEPU** slotai ir pretaukstēšanās, pretiekaisuma, imunitāti stiprinošas īpašības. Palīdz, ja ir galvassāpes un miega traucējumi. Izmantojot liepu pirtsslotu kosmētiskiem nolūkiem, var atbrīvoties no pumpām, citiem izsitumiem, pabalīnāt ādu, atbrīvoties no vasaras raibumiem un plankumiem pēc pumpām. Liepu novārījums labi palīdzēs lūstošiem matiem ar tendenci šķelties.

✓ **IEVU** pirtsslotas ir maiga ādai un ar lielisku aromātu. Ievas lapām piemīt pretiekaisuma un antiseptiskas īpašības. Vietas, kas atrodas tajās, palīdz cīnīties ar pumpām, rētām un čūlām,

AINA, pensionāre, bijusi balveniete: – Balvu publisko pirti ik nedēļu apmeklēju vairāk nekā pirms 40 gadiem, kad dzīvoju un strādāju šajā pilsētā un bērni bija mazi. Jau sen dzīvoju Rīgā un pirti vairs nav būts, tomēr Balvu pirts apmeklējumu atceros ļoti spilgti. Ieejot pirti, kreisajā pusē sēdēja kasiere, kura tirgoja biļetes un arī pirtsslotiņas. Ģērbtuvē skapiši nebija slēdzami, – kur bija brīvs, tur arī savas drēbes varēja atstāt. Pirts telpā apmeklētājiem bija pieejamas lielas alumīnija bļodas. Solu, kur likām bļodu un varēja apsēties, pirms mazgāšanās noskalāju ar ļoti karstu, pat vārošu ūdeni, lai dezinficētu, tad – ar siltu. Pirts bija laba, laika un ūdens ierobežojuma īpaši nebija – mazgājies, cik gribi. Pāris reizes tiku pabijusi arī pirts telpā, kur varēja izkarsēties, – tad gan man patika uzliet garu un pakarsēties, pasēžot uz augšējā sola. Atceros, kā daža laba sieva nevarēja izturēt šo karstumu un ātri skrēja ārā. Pēc mazgāšanās pie skapišiem uz grīdas klājām līdzpaņemtās avīzes, lai slaukoties un ģērbjoties nav jāstāv uz grīdas ar basām kājām. Apmeklētāju tolaik bija ļoti daudz, – dažreiz pēc biļetes iegādes nācās pat sēdēt uzgaidāmajā telpā, gaidot rindā, līdz kāda sieva beidza mazgāties un devās mājās. Jā, arī toreiz tie pārsvarā bija vecāka gadagājuma cilvēki un pensionāri, nāca arī māmiņas ar bērniem, jo ne jau visi dzīvoja pilsētas dzīvokļos un bija pieejama vanna ar karsto ūdeni.

No savas bērnības un pirmajiem skolas gadiem atceros pirts dienas, kad devāmies pie mammas māšas uz istu melno lauku pirti. Savukārt savās mājās manai mammai bija milzīgs kubls, kurā tika saliktas melnās papardes, paegļu zariņi un dažādas ārstnieciskās zāļes un ieliets karsts ūdens. Kublā tika ievietoti soli: viens, kur novietot kājas, otrs, kur apsēties. Tad šo kublu pārklāja ar lielām, biežām segām tā, ka ārā bija tikai galva, un tā notika karsēšanās. Pēc tam gājām mazgāties uz istabu, kur bija ienesta liela vanna, bet šādu vannu mamma taisīja reti, jo tās sagatavošana, lai sakarsētu un pielietu ūdeni, prasīja daudz darba un laika. Savukārt vasarā visi gājām mazgāties uz upīti, kas tecēja turpat netālu no mājām.

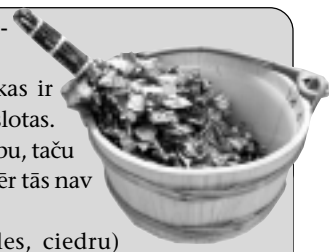
stiprina matus un ārstē saaukstēšanos.

✓ **Ļoti maigas un aromātiskas ir KIRŠU un JĀŅOGU** lapu pirtsslotas.

Tām ir mazāk ārstniecisko īpašību, taču pērties ar tām ir īsta bauda, tomēr tās nav tik vienkārši pagatavojamas.

✓ **SKUJKOKU** (priedes, egles, ciedru)

pirtsslotas ir mazāk populāras, kaut gan ne mazāk derīgas. Tās ir diezgan rupjas, un tādās labāk izturēt izmantot profesionāliem pirtniekiem, kas spējīgi izturēt iespējamus skrāpējumus sietienu laikā. Neizmantojiet šīs pirtsslotas, ja jums ir maiga āda vai kādas ādas slimības. Skujkoku pirtsslotas paredzētas plaušu slimību ārstēšanai (tai skaitā tuberkulozes) un reimatisma, biežu saaukstēšanās gadījumu, galvas un zobu sāpju ārstēšanai, nervu sistēmas nomierināšanai.



Apsveicam!

Urrā! Beidzot viņi ir Loginu ģimene!

26.janvāra pēcpusdienā Viļakas Romas katoļu baznīcā Dieva priekšā 'jā' vārdu teica un būt kopā priekš un bēdās solījās viļacēni AUSTRA ALEKSĀNE un MĀRTIŅŠ LOGINS. Liecinieki šai savienībai bija Austras vecākais dēls Egils Kārklīšs un Mārtiņa māsiņas Evijas draudzene Rita Martinova. Jauno pāri salaulāja priesteris Guntars Skutels.

Stāstot par iepazīšanos ar Mārtiņu, Austrā teic īsi un kodolīgi: "Viens par otra eksistenci esam zinājuši visu mūžu, jo turpat vien padsmīt kilometrus viens no otra dzīvojam." Mārtiņš nācis no Vecumu pagasta, Austrā – no Medņevas, bet viņiem abiem radi dzīvoja Vidučos. Arī Mārtiņa un Austras vecāki visu dzīvi viens otru zinājuši – savulaik pat kopā kolhozā strādāja. Jaunlaulāto dzīves ceļi pirmoreiz krustojās, kad 2014.gada pavasarī Mārtiņš no Rīgas atgriezās mājās Kazukalnā. Tā paša gada rudenī viņš kļuva par krusttēvu Austras jaunākajam dēlam Gintam. "Viss, kas notika tālāk, laikam bija likteņa pirksts. 2016.gada pavasarī, apstākļu spiesta, pārvācos uz māju Viļakā, Baznīcas ielā, kur dzīvojam arī šobrīd. Māja bija drausmīgā stāvoklī un, lai cik tas divaini neliktos, tieši tā mūs arī apvienoja. Toreiz biju pašķirusies no bēmu tēva, palikusi viena ar pieciem dēliem – jaunākajam no viņiem bija vien gads un seši mēneši. Protams, situācija bija ļoti smaga un palīgā nāca visi, kas spēja. Mani vecāki un brālis Arturs kopā ar Mārtiņu un viņa vecākiem katru brīvu mirkli brauca palīgā labiekārtot un remontēt māju. Pavisam nemanot, brālis ar Mārtiņu kļuva par labiem draugiem. Un arī mūsu starpā valdīja draudzīgas attiecības, kas pamazām pārauga lielā un skaistā mīlestībā. Pēc kāda laika mēs jau dzīvojam kopā," stāsta Austrā. Viņa atklāj, ka negaidītu, bet ļoti patīkamu pārsteigumu saņēma pagājušā gada novembrī. Mārtiņš Austru bildināja un lūdza kļūt par viņa sievu. "Kopdzīves laikā, protams, ne reizi vien tikām runājuši par kāzām. Taču bildinājums vienalga bija liels un ļoti patīkams. Protams, viņam teicu 'jā' vārdu, drīz pēc kura sākām plānot vienu no mūsu skaistākajām dienām," atklāj Austrā.

Laiks pēc bildinājuma paskrēja ļoti ātri, un drīz vien pienāca Austras un Mārtiņa baltā diena. Viņi atzīst, ka todien abu sirdis no milzīgā uztraukuma sitās divtik ātri: "Baznīca vēl bija ietērpta skaistajos Ziemassvētku rotājumos un nebeidza vien priecēt ar savu krāšņumu. Viss bija ļoti skaisti. Pēc emocionālās laulību ceremonijas braucām pār vairākiem tiltiem un, protams, jaunais vīrs nesa sievu pāri garākajam no tiem. Svinības divu dienu garumā turpinājās kultūrvēstures lauku sētā "Vēršukalns", kur pirmajā dienā muzicēja Ēriks Gruzniņš, savukārt otrajā – romu tautības muzikanti no Viļakas. Viļakas romu muzicēšana mums bija lieliska dāvana no Mārtiņa māsiņas Evijas. Savukārt galdus klāja ļoti čaklas un labas saimnieces – Ineta un Biruta. Prieks, ka neizvēlējamies nevienu kafējnicu. Divas kāzu dienas paskrēja vēja spārnēm – šķiet, ka viss beidzās pārāk ātri. Taču, neskatoties uz to, piedzīvojam tik daudz pozitīvu emociju, ka vēl pietiks ilgam laikam, ko atcerēties," apliecina Austrā un Mārtiņš.

Pēc kāzām jaunlaulātie atgriezušies ierastajā dzīves ritmā – Austrā turpina strādāt SIA EASTCON par pasākumu organizatori, abi dzīvo Viļakā un turpina vīt savu ģimenes līdziņu. Austras darba dēļ abi pagaidām medusmēneša ceļojumu neplāno, bet tā vietā brīvdienās izvēlas doties nelielos romantiskos izbraucienos. Jaunā sieva atzīst, ka ir ļoti laimīga: "Man ir tāds prieks, jo vienmēr esmu gribējusi salaulāties baznīcā. Esmu laimīga būt sievas godā, pilnīgi gribas izkliegt pasaulei, – urrā! Es esmu Logina!" Savukārt Mārtiņš neslēpj, ka būt precētam ir superīga sajūta: "Esmu lepnis, ka man ir ģimene – mans lielākais dzīves dārgums."



Foto - no personīgā arhīva

Jaundzimušie



Ģimenes sapulcē nolēma – būs Vanessa. 2.februārī pulksten 17.26 ģimenes dzemdībās pasaulē nāca meitenīte. Svars – 2,635kg, garums 56cm. Meitenītes vecākiem Mārtiņam Čakanam un Veronikai Bukātei no Balviem šis ir pirmais bērniņš. Jaunie vecāki stāsta, ka gaidāmā mazuļa dzimumu uzzināja tikai piektajā grūtniecības mēnesī, un arī tad vēl daktere nebija pārliecināta par visiem 100%. "Viņa deva 70%, bet mana intuīcija teica, ka meitiņa arī būs, kaut gan Mārtiņš sākumā cerēja uz puiku," teic Veronika. Viņa stāsta, ka labu laiku pirms grūtniecības abiem ar Mārtiņu bija saruna, kuras beigās viņš noteica, – ja mums kādreiz būs meita, sauksim viņu par Vanessa. Tieši tādēļ brīdī, kad vajadzēja sākt domāt par vārdu gaidāmajai mazulītei, Veronika ar Mārtiņu nolēma, ka par šo jautājumu vairs galvu nelauzīs. Vārds taču bija izdomāts – tāpat būs Vanessa! Mediķu noliktais dzemdību laiks bija ap 26.februārī, taču Vanessa pie saviem vecākiem pasteidzās krietni ātrāk. "Uz slimnīcu līdzī nēmamās somas jau bija saliktas, bet paši gan nebijām gatavi, ka būs jābrauc tik ātri. Taču viss beidzās labi. Dzemdībās liels atbalsts bija blakus esošais Mārtiņš, kurš pārgriezta nabassaiti, un arī par slimnīcas personālu varu teikt tikai to labāko," apstiprina Veronika un piebilst, kur turpmāk februāris būs visistākais svinību mēnesis. 2.februāris ir Vanessa dzimšanas diena, 4.februārī Veronikai ir vārdadiena, 7.februārī vārdadienu svin Veronikas brālis, 8.februārī – viņas mamma, savukārt Veronikas māsa jubileja ir 22.februārī.

Tagad mamma trīs dēliem. 4.februārī pulksten 10.16 piedzima puika. Svars – 3,695kg, garums 56cm. Puisēna mamma Larisa Graudiņa no Alūksnes stāsta, ka šis ir viņas trešais bērniņš. Mazo brālīti mājās gaida divi lielie brāļi – Kristers, kuram ir 12 gadi, un Mārtiņš, kuram ir 9. "Liekī teikt, ka cerējām uz meitiņu, bet, kā ir, tā ir, – priecājamies arī par trešo dēlu, kuru nosaucām par Rodrigo. Galvenais, lai bērniņš vesels un viņam viss kārtībā," teic nu jau trīs dēlu mamma. Larisa stāsta, ka arī viņa pati savulaik nākusi pasaulē tieši Balvu dzemdību nodaļā. Tiesa gan, tagad tā krietni mainījiesies.

"Pirms daudziem gadiem personāla attieksme bija nedaudz savādāka, tagad viss mainījies uz labo pusi. Un savas trešās dzemdības noteikti atcerēšos ar to, ka tās bija visātrākās. Pirms 9 no rīta ar vīru atbraucām uz slimnīcu. Tiesa gan, pariņķojām nedaudz apkārt ēkai, kamēr atradām, kur jāiet. Vīram Mārim smējos, ka piedzemdēšu, kamēr staigāšu. Gandrīz tā arī sanāca, jo jau pēc stundas Rodrigo man bija uz vēdera. Tās bija ļoti ātras dzemdības," secina Larisa. Viņa piebilst, ka par Rodrigo nākšanu pasaulē priecājas ne vien abi lielie brāļi, kuri jaunāko brālīti pirmoreiz ieraudzīja videozvanā, bet arī vīrs Māris, kuram ar Larisu šis ir pirmais kopīgais bērniņš. "Vēl gribu teikt, ka mūsu Rodrigo ir ļoti precīzs puika, jo mediķu noliktais dzemdību datums bija 4.februāris. Šajā datumā viņš arī piedzima," priecājas nu jau trīs dēlu mamma Larisa Graudiņa no Alūksnes.

Lappusi sagatavoja S.Karavoičika

Foto - A.Kirsanovs

Nacionālie bruņotie spēki

Atgriežas no starptautiskās operācijas Kosovā



Latvijas karavīri Kosovā. Latvijas karavīru un zemessargu kontingents, kas nupat atgriežas no NATO starptautiskās operācijas Kosovā, bija līdz šim lielākā mūsu valsts karavīru rotācija šajā Balkānu reģiona valstī. Šobrīd uz Kosovu devies jauns Latvijas karavīru kontingents. Savukārt kopumā NATO starptautiskajā operācijā Kosovā piedalās 28 valstis. Apakšējā attēlā redzama Latvijas karoga pacelšana mastā par godu mūsu valsts karavīru klātbūtnē Kosovā.

Pēc pusgadu ilga dienesta no NATO starptautiskās operācijas Kosovā (KFOR – Kosovo Force) atgriezušies Nacionālo bruņoto spēku kontingenta karavīri, ko pamatā veidoja Rēzeknes novada Lūznavā bāzētā Zemessardzes 36.kaujas atbalsta bataljona karavīri un zemessargi. Miera uzturēšanas operācijā Balkānu reģiona valstī piedalījās arī vairāki karavīri un zemessargi no Balvu novada, bet kontingenta komandiera amata pienākumus pildīja Balvu novada iedzīvotājs, majors GUNTARS MEŽALS.

Balstoties uz ANO Drošības padomes 1999.gadā pieņemto rezolūciju, NATO vadītā starptautiskā operācija Kosovā tika sākta 1999.gadā pēc ilgstoša starptautiskā konflikta Balkānu reģionā, kuras galvenie uzdevumi ir drošas vides izveide un

uzturēšana, kas garantē pārvietošanās brīvību visā Kosovas teritorijā un visiem pilsoņiem, neatkarīgi no viņu etniskās izcelsmes. Tāpat operācijas uzdevums ir atbalstīt un koordinēt starptautiskās humānās palīdzības centienus un Kosovas drošības spēku pilnveidi, kā arī atbalstīt miermīlīgas, stabilas, demokrātiskas un daudzietniskas šīs valsts attīstību.

Latvijas karavīri miera uzturēšanas operācijā Kosovā piedalās ar vieglo kājnieku rotu, kas integrēta ASV vadītajā daudznacionālajā bataljonā un veic patrulēšanu, savu spēku aizsardzību, kaujas spēju uzturēšanu un ātrās reaģēšanas spēku uzdevumu izpildi. Ņemot vērā pieaugošo saspīlējumu pie Eiropas robežām un nepieciešamību situāciju stabilizēt, kā arī Latvijas apņemšanos pildīt saistības pret NATO un saviem partneriem, Nacionālo bruņoto spēku dalība operācijā Kosovā pagarināta līdz 2025.gada 31.decembrim.



Palīdz iedzīvotājiem un saņem Pateicības rakstus. Guntars Mežals (attēlā – pa kreisi) starptautiskajā operācijā Kosovā pildīja arī civilmilitārās sadarbības virsnieka amata pienākumus, sniedzot visdažādākā veida atbalstu vietējiem iedzīvotājiem – gan policijai, ugunsdzēsējiem, pašvaldībām un nevalstiskajām organizācijām, gan arī skolām un bērnudarziem. Šī Balvu novada iedzīvotājam bija jau otrā starptautisko operāciju pieredze, iepriekš pildot dienesta pienākumus arī misijā Irākā. “Esmu ļoti gandarīts gan par savu, gan, protams, arī sava vadītā karavīru un zemessargu kontingenta paveikto Kosovā, kas ļāva iegūt neatsveramu pieredzi un vērtīgas zināšanas,” pēc atgriešanās Latvijā sarunā ar laikraksta “Vaduguns” žurnālistu secina G.Mežals. Balvu novada iedzīvotājs par to pelnīti saņēma arī vairākus uzslavas rakstus, tajā skaitā no NATO starptautiskās operācijas Kosovā štāba priekšnieka, ASV bruņoto spēku brigādes ģenerāļa John W.Bozicevic (attēlā).



Kopīgi svin valsts svētkus. Laikā, kad starptautiskajā operācijā Kosovā atradās karavīri un zemessargi no Balvu novada un citviet Latvijas, neizpalika arī mūsu valsts svētku svinēšanā novembrī. Par godu tam tika pagatavota torte Latvijas karoga krāsās.



Atklāj konsulātu. Attēlā redzama Latvijas ārkārtējā un pilnvarotā vēstniece Kosovā Elīna Kuzma, kura vizītes laikā kopā ar karavīriem atklāja Latvijas Goda konsulātu Kosovā. E.Kuzma ir arī Latvijas vēstniece Čehijā.

Ciemojas aizsardzības ministrs. Starptautiskās operācijas laikā Kosovā vizītē ieradās Latvijas aizsardzības ministrs Andris Sprūds, kurš kopā ar karavīriem atklāja karavīru atpūtai un brīvā laika pavadīšanai paredzētu ēku. Tāpat Kosovā vizītē bija ieradies Zemessardzes komandieris, brigādes ģenerālis Kaspars Pudāns.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis, foto – no personīgā arhīva

Tūrisma ziemas aktivitātes

Brīvdienu piedāvājums “Kotiņu” ražotnē

Maruta Sprudzāne

Jau deviņo gadu tūrisma speciālisti sadarbībā ar lauku uzņēmējiem februārī piedāvā dažādas brīvdienu aktivitātes, aicinot ciemos un ļaujot iepazīties ar savu sētu, ražotni un nodarbošanos. Iedzīvotāji pieraduši un ļaunas šai tradīcijai, jo šādas brīvdienu ekskursijas ir saturīgs laika pavadīšanas veids, lai pašu acīm skatītu, kā strādā Balvu novada ļaudis.

Zemnieku saimniecības “Kotiņi” nodarbošanās un produkcijas piedāvājums, šķiet, sen vairs nav jaunums, par to viņi paši regulāri stāsta, taču arī nesenas ekskursiju dienas pierādīja, ka tuvākiem un tālākiem ciemiņiem ir vēlme un interese šeit pabūt. Svētdienas pēcpusdienā ekskursantu sabrauca kupls pulks.

“Kotiņi” laika gaitā pratuši nemītīgi mainīties un dažādot savas uzņēmējdarbības virzienus. No kādreizējiem 14 hektāriem viņu apsaimniekotā lauku platība palielinājusies līdz 4,5 tūkstošiem hektāru. Sāka ar graudaugu audzēšanu un gatavoja lopbarību, bet uzņēmējam Aldim Ločmelim vienmēr bijusi doma ‘mainīties uz augšu’ un vērsties plašumā. Pievērsās sertificētas sēklas ražošanai, un šī nozare joprojām ir viena no galvenajām, kas dod lielākos ieņēmumus. Gatavoja arī lopbarības maisījumus, pievērsoties pupu audzēšanai. Pēc laika izveidojās otra zemnieku saimniecība “Sābri”, kur oficiāli saimnieko Vija. Paģājis laiks, un “Sābri” jau ieguvuši sertifikāciju ar iespēju piedāvāt bioloģisko sēklu.

“Kotiņos” izvērsa rapša sējumus, iegūstot rapša raušus un eļļu. Eļļas ieguve lika izmēģināt dažādus eksperimentus, līdz nonāca līdz vienai vasaras rapša šķirnes audzēšanai, no kuras spiež eļļu pārtikai. Jau pāris gadus piedāvājumā ir arī linsēklu un kaņepju eļļa, bet šo kultūru raušus izmanto arī pārtikā. Šīs piedevas pazīst tie, kuri ir cepuši vegāniskās pankūkas.

“Kotiņi” jau labu laiku ikdienas darbā izmanto bioloģiski pietuvinātas metodes. Notiek starprindu ravēšana, laukus neuzar, bet ecē, dziļirdina un notiek tiešā sēja. Zaļmēslojumam noder starpkultūras, kas pēc laika bagātina augsni. Tas ļauj samazināt minerālmēslojuma vajadzību.



Lai mās! “Kotiņos” ciemojas arī skolēni, kuriem dod iespēju iepazīties ar ražotni un izzināt “Grūbiņas ceļojumu”. Bērniem ir nevilnīga interese par dažādajiem kultūraugiem, ko var pataustīt, pasmaržot un pagaršot, uzzinot, cik dažādas ir sēklas, iemācoties tās atpazīt.



Kā rodas produkcija? Ekskursijas vadītāja sīki pastāstīja par katru kultūrauga ceļu, līdz tas pārtop konkrētā produkcijas veidā, ko saimnieces izmanto ēdienu gatavošanā. Šos produktus var arī iegādāties dažādās tirdzniecības vietās, saimniecība ar tiem pārsteidz cilvēkus pašu rīkotajās akcijās.

Foto - M. Sprudzāne



Ciemojas “Kotiņos”. Ekskursantu grupu apciemojums apliecina, ka cilvēkiem ir liela interese aizbraukt un iepazīties ar šo lielsaimniecību pašā Austrumu pierobežā. Kā saka, – labāk vienreiz pašam redzēt nekā desmitreiz dzirdēt! Un “Kotiņi” aizvien laipni atver savas durvis un aicina ciemos, rādot, kā noris darbi saimniecībā.

Foto - M. Sprudzāne



Izzinoša ekskursija. Natalja iepazīstināja ar saimniecības ražotni, pārsteidzot ar grandiozajām iekārtām, kur tira un sagatavo sēklu, kā arī pārtikas materiālu un lopbarību. Pēc graudu nokulšanas, ja nepieciešams, šņeki graudus aizvirza uz kalti. Tad tie nonāk cehā, kur iekārta atsijā vairumu piejaukumu. Pēc tam graudus apstrādā vēl citas mašīnas, līdz nonāk uz gravitācijas galda, kur vienā pusē ir labie graudi, otrā – atšķiras. Arī atšķiras neizmet, saimniecība tās izmanto apkurei, apsildot dzīvojamo māju, ofisu, darbnīcas un cehu.

Foto - M. Sprudzāne



Pavasari gatavi! Daļa sēklas jaunajai sējas sezonai ir gatava. Sadarbība ar Lietuvas firmām interesanta ar to, ka viņi sēj ne tikai tradicionāli ierastas kultūras kā kviešus, miežus, pupas vai zirņus, bet arī zālājus.

Foto - M. Sprudzāne

Informē VUGD

Izstrādāta jauna tīmekļvietne www.112.lv

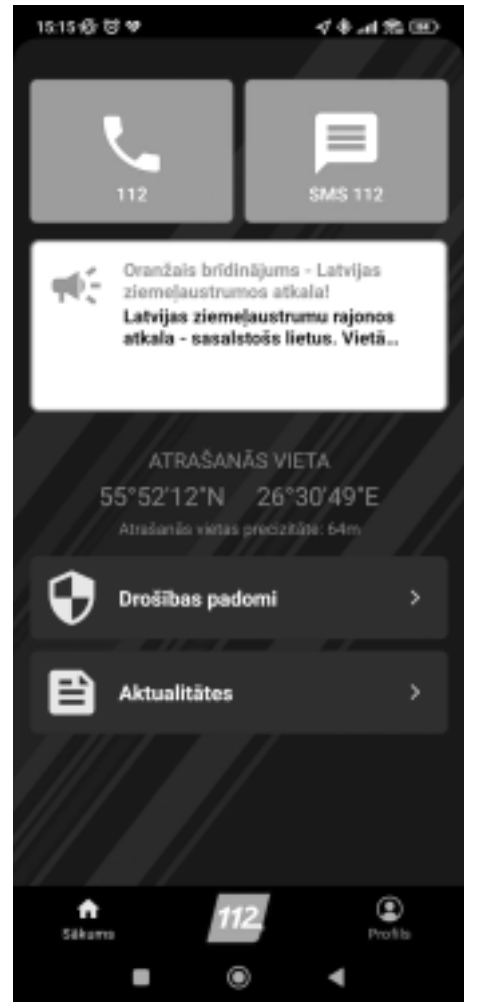


Lai dispečers redzētu cilvēka atrašanās vietu, instalācijas brīdī vai vēlāk nepieciešams atļaut lietotnei piekļūt telefona atrašanās vietai.

• Izsīšanas nosūtīšana uz tālruņa numuru 112 nav ikdienas risinājums ātrai operatīvo dienestu apziņošanai. Tā veicina 112 pieejamību cilvēkiem ar runas un dzirdes traucējumiem un cilvēkiem bez Latvijas mobilo sakaru operatoru izsniegtas SIM kartes. Līdzās tam lietotnē "112 Latvija" iedzīvotāji varēs iepazīties ar padomiem, kā rīkoties dažādos apdraudējumos un uzzināt operatīvo dienestu aktualitātes.

Lejupielādēt lietotni "112 Latvija" iespējams *Google Play* un *AppStore*. Tā piemērota lietošanai viedtālrunos ar iOS un Android operētājsistēmu. Lietotne ir bezmaksas, bet atbilstoši izvēlētajam mobilo sakaru pieslēguma tarifam var tikt piestādīta maksa par interneta izmantošanu.

Jaunā tīmekļvietne www.112.lv – visu operatīvo dienestu drošības padomi, ieteikumi rīcībai apdraudējumos un aktualitātes vienuviet.



Lai uzlabotu iedzīvotāju zināšanas par vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu tālruņa numuru 112 un rīcību dažādos apdraudējumos, kā arī veidotu izpratni par tiem gadījumiem, kad nepieciešams zvanīt uz tālruņa numuru 112, bet kad palīdzību sniegs citas iestādes vai komersanti, darbību uzsāk tīmekļvietne www.112.lv. Tajā vienuviet apkopoti Latvijas operatīvo dienestu sniegtie drošības padomi pareizai rīcībai dažādos apdraudējumos. Līdzās tam tīmekļvietnē tiks operatīvi izvietoti brīdinājumi par iespējamo apdraudējumu un nepieciešamo rīcību.

"Ideja par vienu tīmekļvietni, kurā vienkopus publicēti ieteikumi dažādos apdraudējumos, ir sena ideja, kuru varējām realizēt šī ERAF projekta ietvaros. Ar tās palīdzību ceram veicināt iedzīvotāju izpratni par tām situācijām, kad nepieciešama operatīvo dienestu palīdzība un kad palīdzību sniedz citas iestādes un komersanti, kā arī zināšanas par rīcību dažādos apdraudējumos," skaidro M.Baltmanis.

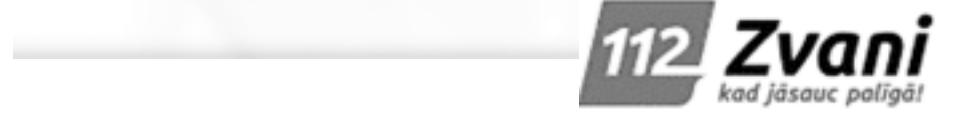
! Apmēram 43% no visiem uz tālruņa numuru 112 saņemtajiem zvaniem nav saistīti ar situācijām, kad apdraudēta cilvēku veselība un dzīvība, īpašums vai apkārtējā vide, tāpēc ar tīmekļvietnes www.112.lv palīdzību VUGD cer veicināt iedzīvotāju izpratni un zināšanas par tām situācijām, kad nepieciešama operatīvo dienestu palīdzība un kad palīdzību sniedz citas iestādes un komersanti.

! 2021.gadā pēc VUGD pasūtījuma veikts pētījums apliecināja, ka 83% Latvijas iedzīvotāju zina tālruņa numuru 112, kas ir labs rādītājs, bet nepietiekams, jo vēl joprojām ir gadījumi, kad negadījumā cietušie vai aculiecinieki zvina ģimenes locekļiem vai paziņām, jo nezina citu veidu, kā saņemt operatīvo dienestu palīdzību.

DIVU LĪMEŅU ZVANU APSTRĀDE UN RESURSU VADĪBA = IETAUPĪTS LAIKS!

IEVIEŠOT VIENOTĀ KONTAKTU CENTRA PLATFORMU:

- 112 mazāk pāradresētu iedzīvotāju zvanu - zvani par notikumiem, kuros nepieciešama Valsts policijas iesaistīšana, vairs netiek pāradresēti un 112 dispečers pieņem ziņojumu;
- 112 pēc zvana noslēguma Valsts policijas un Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta resursu vadības centri informāciju par notikumu saņem vienlaicīgi un elektroniski, tādējādi samazinot laiku, kas nepieciešams resursu izsūtīšanai;
- 112 samazinās operatīvo dienestu noslodze ar neārkārtas zvaniem, jo 112 dispečeri noskaidro, kur un kas ir noticis, un izvērtē, vai un kādu operatīvo dienestu iesaiste ir nepieciešama. Tāpēc pēc iedzīvotāju pieprasījuma netiks veikta zvānu pāradresācija uz konkrētiem Valsts policijas un pašvaldības policijas iecirkņiem.



Lai samazinātu laiku no iedzīvotāja zvana līdz operatīvo dienestu palīdzības saņemšanai, īstenots projekts "Vienota kontaktu centra platforma operatīvo dienestu darba atbalstam un publisko pakalpojumu piegādei", kas uzlabo vienotā ārkārtas palīdzības izsaukumu tālruņa numura 112 zvanu apstrādi, resursu vadību un informācijas apmaiņu starp operatīvajiem dienestiem. Līdzās tam, lai informētu un izglītotu iedzīvotājus par tālruņa numuru 112 un rīcību dažādos apdraudējumos, izstrādāta jauna lietotne "112 Latvija" un tīmekļvietne www.112.lv.

nepieciešamajiem operatīvajiem dienestiem un citām iestādēm. Tāpēc iedzīvotājiem ir jāapzinās, ka 112 dispečeri pēc iedzīvotāju pieprasījuma neveiks zvanu pāradresāciju uz konkrētiem Valsts policijas un pašvaldības policijas iecirkņiem, bet tā vietā noskaidros, kur un kas ir noticis, un izvērtēs, vai un kādu operatīvo dienestu iesaiste un cik lielā apmērā ir nepieciešama.

Informē, saņem un uzzini – lejupielādē un instalē savā viedtālrunī jauno lietotni "112 Latvija"!

Ikvienš Latvijas iedzīvotājs, kuram ir viedtālrunis, aicināts lejupielādēt un izmantot jauno bezmaksas lietotni "112 Latvija", kas lietotājam sniedz vairākas priekšrocības – iespēju piezvanīt vai nosūtīt izsiņu uz vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu numuru 112, saņemt paziņojumus par iespējamo apdraudējumu un uzzināt, kā rīkoties dažādās bīstamās situācijās.

"Klimata un drošības situācijas izmaiņas veicina dažādu apdraudējumu iespējamību. Aizvadītais gads to labi parādīja – plūdi Jēkabpilī, postoša krusa, vētras. Līdz ar to arvien būtiskāka nozīme ir zinošam iedzīvotājam, kas ir informēts un spēj pareizi rīkoties, lai mazinātu apdraudējuma sekas. Esī viens no pirmajiem, kas uzzina aktuālos meteorologu brīdinājumus, informāciju par nopietnu apdraudējumu vai trauksmes sirēnu pārbaudi, lejupielādē un lieto jauno lietotni "112 Latvija", aicina M.Baltmanis.

Jaunās lietotnes "112 Latvija" priekšrocības:

• Lietotnes "112 Latvija" lietotājs saņems paziņojumu sava viedtālruņa ekrānā par iespējamo apdraudējumu, piemēram, sarkanā vai oranžā līmeņa brīdinājumus par bīstamiem laikapstākļiem, trauksmes sirēnu pārbaudi un citiem notikumiem, kas liek iedzīvotājiem būt gataviem nepieciešamības gadījumā rīkoties vai prasa iedzīvotāju nekavējošu rīcību.

• Zvanot uz vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu tālruņa numuru 112 no lietotnes "112 Latvija", 112 dispečeri redzēs aptuveno zvanītāja atrašanās vietu. Tas sniegs iespēju operatīvāk sniegt palīdzību tiem iedzīvotājiem, kuri nevar nosaukt precīzu negadījuma adresi.

"Notiekot negadījumam, svarīgi ir pēc iespējas ātrāk sniegt atbilstošu palīdzību, tāpēc pēc vairāku gadu darba ir noslēdzies apjomīgs projekts, kas ļaus samazināt laiku, kādā operatīvie dienesti dodas palīgā nelaimē nokļuvušiem. Lai to sasniegtu, ārkārtas ziņojumu saņemšana un apstrāde turpmāk notiks divos līmeņos," uzsver Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta (VUGD) priekšnieks M.Baltmanis. Pirmajā līmenī – 112 Kontaktu centrā ienāk un tiek apstrādāti visi iedzīvotāju ziņojumi – zvani, eZvani, izsiņas par negadījumiem, un notiek šo ziņojumu izvērtēšana, kuras rezultātā tikai ārkārtas zvani tiek novirzīti attiecīgajiem operatīvajiem dienestiem. Otrajā līmenī elektroniski un vienlaikus informāciju par negadījumu saņem Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta un Valsts policijas resursu vadības centri, kas uz notikuma vietu nosūta nepieciešamos operatīvā dienesta resursus. "Ja iepriekš liela daļa uz tālruņa numuru 112 saņemto zvanu tika pāradresēti, bet informācija par izsaukumiem citiem operatīvajiem dienestiem nodota telefoniski, tad pēc projekta īstenošanas zvānu pāradresācija un telefoniska informācijas nodošana notiek tikai Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestam," papildina M.Baltmanis.

Viens no būtiskākajiem ieguvumiem iedzīvotājiem ir tāds, ka, zvanot uz tālruņa numuru 112 par notikumiem, kuros nepieciešama tikai policijas iesaiste, iedzīvotāji vairs netiek pāradresēti un viņiem nav jāatkārto informācija, jo 112 dispečers pieņem informāciju par notikušo. Ja iedzīvotāji arī turpmāk zvanīs uz tālruņa numuru 110, viņi tāpat tiks savienoti ar 112 Kontaktu centru, kas pieņems informāciju par negadījumu un informāciju par to nodos

Der zināt

Kā uzlabot elektrotehnikas mūža ilgumu

Elektrotehnika ir kļuvusi par neatņemamu mūsu ikdienas dzīves sastāvdaļu, tāpēc ir svarīgi par to rūpēties, lai ierīces kalpotu pēc iespējas ilgāk un efektīvāk. "Eco Baltia vide" eksperti apkopojusi piecus noderīgus padomus, kā saglabāt elektropreču mūžu un pagarināt to darbības laiku. Uzzini, kā rīkoties, ja gadās apliet savu ierīci, un kas būtu jāzina par elektrotehnikas apkopi mājās!

Putekļu tīrīšana un regulāra apkope

Ja ierīcei ir ventilācijas atveres vai ventilatori, tajā noteikti krāsies putekļi un tie kalpo kā siltinājums tur, kur tas nav vajadzīgs. Ierīce sakrājoties putekļiem, pastāv gruzdēšanas vai aizdegšanās risks. Putekļu tīrīšana ir būtisks solis, lai saglabātu ierīces darbības kvalitāti un ilgumu. Regulāra apkope, kas ietver putekļu tīrīšanu, termopastu vai smērvielu maiņu, palīdzēs novērst putekļu akumulāciju un uzlabos ierīces efektivitāti.

Ierīces izslēgšana un atjaunināšana

Elektroniskās ierīces ir jāizslēdz, kad tās netiek izmantotas. Datoru tehnoloģijās bieži ir iestrādāts un aktīvs hibrīdmiega režīms: lai ierīces ieslēgtos ātrāk, tās pilnībā neizslēdzas. Restartēšana reizi nedēļā palīdz novērst programmatūras kļūdas un ievērojami uzlabo ierīces darbību.

Ja elektroierīce ir savienota ar internetu

(telefons, dators, televizors, planšetdators u.c.), ir nepieciešama arī regulāra operētājsistēmu atjaunināšana. Programmatūras atjauninājumu instalēšana palīdz saglabāt ierīces drošību un efektivitāti. Būtiski ir sekot ražotāja atjauninājumu ieteikumiem, lai nodrošinātu optimālu ierīces darbību. Ražotāju ieteikumus var meklēt oficiālajās mājaslapās un instrukcijās vai uzticamos interneta resursos.

Elektrotehnika nemil ēdienu un šķidrumu

Kaut gan daudziem ēšana vai dzērienu lietošana pie viedierīcēm ir kļuvusi par normu, no tā būtu jāizvairās, lai novērstu potenciālos bojājumus, kas var rasties, ja šķidrums vai drupačas nonāk ierīces iekšienē. Ja tomēr gadās sabojāt iekārtu, vissvarīgākais ir atvienot lādētāju un bateriju. Šķidrums nebojā elektroniku, bet elektrolīzes reakcijas uz iekārtas plātēm un zem mikroshēmām gan. Atvienojot enerģijas avotus, kaitīgie procesi apstājas. Ja viss tiek izdarīts ātri, sausā un siltā vietā iespējams izžāvēt iekārtu. Jāņem vērā, ka žāvēt var nākties pat vairākas dienas vai nedēļas, ja iekārta nav pilnībā izžāvēta. Diemžēl rīsi un fēni nepalīdzēs, bet zināšanas gan!

Veic savlaikus izpēti

Pirms elektrotehnikas iegādes rūpīgi jāizvērtē tās funkcijas, tehniskie parametri un ražotāja reputācija, kura visbiežāk mainās noteiktās iekārtu un cenu klasēs. Veicot rūpīgu izpēti un salīdzinot dažādas ierīces, ir vieglāk izvēlēties



labāko risinājumu savām vajadzībām. Būtiskākais ir izvērtēt, vai iekārtu varēs salabot, ja tā tiks bojāta, tāpēc pārliecinies pats, ka ierīces elementi ir viegli remontējami un ir pieejamas rezerves daļas.

Izstudē instrukciju

Pirms un pēc elektroiekārtu iegādes rūpīgi ir jāizlasa instrukcija un jāiepazīstas ar ierīces darbību. Sapratne par korektu elektroierīces izmantošanu palīdzēs novērst potenciālos bojājumus. Instrukcija, kas nāk līdz iekārtai, ir atrodamā arī internetā. Rūpīgi ražotāji pat publicē iekārtu izjaukšanas un detaļu numuru instrukcijas. Ja spējat atrast šīs instrukcijas par produktu, iespējams, esat atradīši iekārtu, kuru varēs salabot vienmēr, ja ievērosiet profilaksi un lietošanas noteikumus.

Izmanto!

Ceļotājiem atgādina par iespēju bez maksas saņemt EVAK apdrošināšanu

Iedzīvotājiem, kuri iesākuši gadu ar ceļošanas plāniem, Nacionālais veselības dienests (NVD) atgādina par iespēju bez maksas pieteikt un saņemt Eiropas veselības apdrošināšanas karti jeb EVAK. Pērn Latvijā ir izsniegtas vairākas nekā 144 tūkstoši EVAK karšu, nodrošinot iespēju nepieciešamības gadījumā saņemt valsts apmaksātu medicīnisko palīdzību citā Eiropas Savienības dalībvalstī atbilstoši tādiem pašiem nosacījumiem kā vietējiem iedzīvotājiem.

EVAK apliecina, ka persona ir Eiropas Savienības dalībvalsts, Islandes, Norvēģijas, Lihtenšteinas, Šveices vai Apvienotās Karalistes iedzīvotājs un savā valstī ir sociāli apdrošināts. Līdz ar to personai ir tiesības saņemt nepieciešamo vai neatliekamo medicīnisko palīdzību atbilstoši tādiem pašiem nosacījumiem un apjomam, kā tā tiek sniegta vietējiem iedzīvotājiem. Tāpēc pirms došanās ceļojumā vēlam iepazīties ar attiecīgajā valstī esošajiem noteikumiem. Ja iedzīvotājs vēlas nodrošināties pret citiem riskiem, kas varētu gadīties ceļojumu vai ārvalstu braucienā laikā, papildus nepieciešams iegādāties ceļojuma apdrošināšanu.

Lai pieteiktu un saņemtu EVAK,

iespējams:

○ vērsties klātienē kādā no NVD Klientu apkalpošanas centriem (Rīgā, Jelgavā, Kuldīgā, Smiltēnē vai Daugavpilī);

○ nosūtīt pieteikumu pa pastu;

○ iesniegt pieteikumu www.eveseliba.gov.lv sadaļā "Ģimenes ārsts un EVAK" – "Mans EVAK".

Piesakot apdrošināšanas karti attālināti, to varēs saņemt pa pastu uz iesniegumā norādīto adresi. Plašāka informācija pieejama NVD tīmekļvietnē.

Apdrošināšanas kartes derīguma termiņš ir trīs gadi, tāpēc arī tie iedzīvotāji, kuriem jau ir EVAK, tiek aicināti pārliecināties par derīguma termiņu, kas ir norādīts uz apdrošināšanas kartes vai apskatāms E-veselības portālā sadaļā "Mans EVAK". Ja derīguma termiņš ir beidzies, ieteicams laikus iepilnināt EVAK atjaunošanu, jo, tuvojoties pavasarim – aktīvajam ceļojumu laikam, apdrošināšanas noformēšanai klātienē var būt nepieciešams ilgāks laiks.

NVD informē, ka apdrošināšanas kartes saņemšanai nav vecuma ierobežojuma – to var noformēt gan zīdaiņiem, gan senioriem, jo katram ir vajadzīga sava apdrošināšanas karte. **Pieteikt EVAK nepilngadīgai personai iespējams:**

○ vērsties klātienē kādā no NVD Klientu apkalpošanas centriem (Rīgā, Jelgavā, Kuldīgā, Smiltēnē vai Daugavpilī). Šādā gadījumā mātēi



vai tēvam būs jāuzrāda savs personu apliecinājošs dokuments;

○ autorizējoties www.eveseliba.gov.lv bērna profilā un iesniedzot pieteikumu www.eveseliba.gov.lv sadaļā "Ģimenes ārsts un EVAK" – "Mans EVAK", ja vecākam ir derīga EVAK. Ja vecākam nav pieteikta vai derīga EVAK karte, tad sākotnēji tā ir jāpiesaka vecākam.

Vienlaikus NVD vērs uzmanību uz EVAK darbības ierobežojumiem – šī apdrošināšana nesedz ārvalstīs noteiktos pacienta līdzmaksājumus vai repatriācijas (transportēšanas) izdevumus pacienta smagas saslimšanas vai nāves gadījumā. Kā arī jāņem vērā, ka trešo valstu pilsoņi, tai skaitā Latvijas nepilsoņi, nevar izmantot EVAK Norvēģijā, Šveicē, Lihtenšteinā, Islandē un Dānijā, izņemot, ja viņi ir bezvalstnieki, bēgļi vai ES pilsoņa ģimenes locekļi.

Līdzjūtības

Domās sēp. Un neapstājas.

Domām šonakt miera nav.

Akli logi. Tukša māja.

Tumsā balta svece raud.

Sēru brīdī, kad klusajā mūžības ceļā devusies mīļā **VECMĀMIŅA**, patiesi līdzjūtības vārdi atbalstam **Gunitai Kļaviņai un tuviniekiem.**

Dzintra, Ināra, Ilgvars, Linda, Ligita

Tas visskumjākais brīdis, kad mīļa sirds

Uz mūžu mūžiem pārtrūkst un stājas,

Tad zvaigznes pie debesīm asarās mirkst

Un tukšās kā klajums kļūst mājas.

Izsakām līdzjūtību **Anlei Boicovai**, māsu **LIDIJU** mūžības ceļā pavadot.

27-dzīvokļu mājas iedzīvotāji Semenovā

Pērk

IEPĒRK MAJLOPUS
-AUGSTAS CENAS
-SAMAKSA TŪLITĒJA
-ELEKTRONISKIE SVARI
tel. 27777733
www.galasparrtrade.lv

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

Pērk garāžu Balvos.
Tāl. 26569412.

Pērk mežu, lauksaimniecības zemi.
Tāl. 29386009.

Pārdod

Pārdod sivēnus Sudarbē.
Tāl. 28387221.

Pārdod skaldītu malku, ir sausa.
Tāl. 26550272.

Skaldīta malka. Cena 40 EUR/berkubā. Piegādes apjoms līdz 7 berkubiem. Ir sausa.
Tāl. 25543700.

Pārdod skaldītu malku.
Tāl. 28700211.

Pārdod kviešus, rudzus, auzas.
Tāl. 28772537.

Latvijā audzēta cūkgaļa. Ar piegādi.
Tāl. 26326705.

Pārdod siena, salmu, skābsiena ruļļus. Lopbarībai: puscukurbietes, kartupeļus, burkānus, graudus.
Ar piegādi. Tāl. 25442582.

Dažādi

Maina 2-istabu dzīvokli Balvu centrā, 2. stāvā, pret lauku īpašumu ar zemi.
Sīkāk pa tālr. 28665428.

Aprūpēšu vientuļi cilvēki.
Tāl. 26611680.

Svētdien, 18.februārī, pie "Planētas" atrasta dzīvokļa atslēga ar saīti "Zenta". Interesēties redakcijā.

Vaduguns

Indekss 3004

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

REDAKCIJAS ADRESE
TEĀTRA IELĀ 8
BALVOS, LV-4501
NORĒĶINU KONTS

A.S. SEB BANKA
Nr. LV21UNLA0024000467345,
kods UNLALV2X

Publicitāte materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli.
Par faktu, skaitļu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstiem atbild to autors.

**REKLĀMA,
SLUDINĀJUMI**

D.Dimitrijeva
T. 64507018
26161959

REDAKTORS **E.GABRANOVŠ** - T. 29360850
ŽURNĀLISTI: **S.KARAVOIČIKA** - T. 26707934;
I.ZINKOVSKA - T. 28319682; **A.SOCKA** - T. 29378903;
M.SPRUDŽĀNE - T. 27832538; **I.TUŠINSKA** - T. 27145837;
A.LOČMELIS - T. 26665086. KOREKTORS – **S.GUGĀNE**
GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA - T. 25908200
ŠOFERIS A.KIRSANOVŠ - T. 27870730
Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961

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

Datorsalikums-
SIA "Balvu Vaduguns",
R.KACĒNS
Iespēsts SIA
"Poligrāfijas grupa
Mūkusalā", Rīgā,
Mūkusalas 15A